ગીતાસ્વાધ્યાય

લેખક

ઝવેરભાઈ પુરુષોત્તમ પટેલ



પ્રકાશક

ઝવેરભાઈ પુરુષોત્તમ પટેલ
૧૪, પ્રજ્ઞા સોસાયટી, નવરંગપુરા,
અમદાવાદ-૯

પ્રથમ આવૃત્તિ ૧૯૮૩
પ્રત ૧૦૦૦

શ્રી ગૌતમ ઝવેરભાઈ પટેલ
તરફથી
ભેટ પુસ્તક

મુદ્રક
ગોપાલ પ્રિન્ટર્સ
જૂના લાટી બજાર, અમદાવાદ–૨૨

પ્રસ્તાવના

૧૯૮૨માં મિતભાષી, ઉદારમના ચિ. ગૌતમના સહુવાસમાં છ માસ ગાળવાના મળ્યા. એનું મિત્રવૃંદ દર પંદર દિવસે એક વાર ભજન કીર્તન માટે મળતું, તેમાં ભળવાનું મને સહજ પ્રાપ્ત થયું. એ મિત્રોનો મને ગાઢ પરિચય થવા માંડ્યો. મારાં ગીતાનાં બે પુસ્તકો 'ગીતાનું માર્ગદર્શન' અને 'લોક ગીતા' એમાંનાં બે ત્રણ ભાઈ બહેનો વાંચતાં હતાં. એક મિત્રે કહ્યું 'તમારાં ગીતાનાં પુસ્તકો વાંચીએ છીએ પણ હવે તમે જાતે અમને ગીતા સમજાવો. એમની જિજ્ઞાસા તીવ્ર હતી. આ મિત્રોને અહિંની પરિસ્થિતિમાં સાધના કેવી રીતે કરવી એની મુંઝવણ રહેતી. રોજની પ્રવૃતિમાં તેઓ વ્યસ્ત રહેતા તેથી સંક્ષેપમાં અને સરળ રીતે ગીતાનું તાત્પર્ય રજૂ કરવામાં આવે તેવી જરૂર હતી. મિત્રોની જરૂરિયાતને ધ્યાનમાં રાખીને ગીતાના હાર્દને રજૂ કરવાનો મેં પ્રયત્ન કર્યો છે.

ગીતાનું હાર્દ જીવનો શિવ થવાની કળા કે સાધના શીખવવામાં રહેલું છે. તે દૃષ્ટિએ શિવનાં સત્ ચિત્ આનંદ એ ત્રણે અંગોનું સ્વરૂપ અને શિવનો જીવ થવામાં એ ત્રણે અંગોની ઊતરતી જતી કોટિ અને કક્ષાની પ્રક્રિયા બતાવતો તથા એ જ રીતે જીવને શિવ થવા માટે ત્રણે અંગોની ચઢતી જતી કોટિ અને કક્ષા બતાવતો નકશો દોરવામાં આવ્યો છે. આ ત્રણે અંગો એક જ તત્ત્વનાં પરસ્પર સંકળાયેલાં એવાં અભિન્ન તત્ત્વો હોવાથી ત્રણેને એકી સાથે ઉપર ઉઠાવવાનાં હોય છે. એટલે કે જીવનો શિવ

થવામાં કર્મ, જ્ઞાન, ભક્તિના ત્રિમાર્ગની એકી સાથે સમન્વિત રીતે સાધના કરવાની હોય છે. આમ, શિવ–જીવ સંબંધ, કર્મ, જ્ઞાન, ભક્તિનો ત્રિમાર્ગ અને ત્રિમાર્ગની સમન્વિત સાધના એમ પાંચ સ્વાધ્યાયમાં ગીતાનુ તત્ત્વજ્ઞાન રજૂ કરવામાં આવ્યું છે.

પણ તત્ત્વજ્ઞાન સમજવાથી જીવનો શિવ થવાતું નથી. તે માટે જીવે શિવ સાથે જીવન્ત સંબંધ પ્રસ્થાપિત કરવો રહ્યો અને તત્ત્વજ્ઞાનને જીવનમાં ઉતારવા માટે પ્રત્યક્ષ સાધના કરવી રહી. આ સાધનાની રૂપરેખા બીજા પાંચ સ્વાધ્યાયમાં દોરવામાં આવી છે. પરિણામે ગીતા સ્વાધ્યાયનું આ નાનકડું પુસ્તક તૈયાર થયું છે જેનું શ્રેય આ મિત્રવૃંદને ફાળે જાય છે. આ સ્વાધ્યાયમાં મારું ગીતા–મંથન વધ્યું એનો મને સંતોષ છે.

૧. શિવ–જીવ સંબંધ
૨. ગુણોત્કર્ષ યોગ
૩. શ્રેય યોગ
૪. શરણ યોગ
૫. સમન્વય યોગ
૬. કુંડલિની–જાગૃતિ યોગ
૭. સાધના-પથ
    (અ) અભ્યાસ યોગ (રાજયોગ)
    (વ) ત્રિવિધ ધ્યાન
        (૧) હૃદયની અભ્યર્થના
        (૨) ઉપદ્રષ્ટા ધ્યાન
        (૩) શિવોઽહં ધ્યાન

ઝવેરભાઈ પટેલ

ગીતાસ્વાધ્યાય

૧. શિવ-જીવ સંબંધ

સત્ ચિત્ એ સિક્કાની એક એક બાજુ
એક બાજુ જ્ઞાનની ને શક્તિની બીજી;
ગરમી પ્રકાશથી નથી જેમ ભિન્ન,
ચિત્ શક્તિ જ્ઞાનથી નથી તેમ ભિન્ન. ૧

સંતાઈને સત્-જ્ઞાન આત્મા બને છે
ચિત્-શક્તિ જ્ઞાનથી જુદી પડે છે,
જ્ઞાનની ને શક્તિની કક્ષા ઊતરે છે,
આત્મા નિવૃત્તિમય જ્ઞાની બને છે. ૨

સંતાઈને ચિત્-શક્તિ નીચે ઊતરે છે
મમૈવાંશ તે આમ જીવ પ્રગટે છે,
ગુણમયી માયામાં ડૂબેલો રહે છે
સ્મૃતિભ્રષ્ટ સંપૂર્ણ થઈને રહે છે. ૩

ભિલ્લુને ખોળવા જીવની મદદમાં
સાત્ત્વિક બુદ્ધિ ઉચ્ચાલન બને છે,
વકીલ મટી ન્યાયાધીશ બને છે,
આત્મપ્રકાશનાં કિરણો ઝીલે છે. ૪

ગુણોથી છૂટવું એ મોક્ષ-નિર્વાણ છે
સત્ત્વ રજ તમ એ સ્વભાવમાં સમાય છે;
આત્મા-સ્વભાવનો સંબંધ સ્થપાય છે,
જીવ સાક્ષીરૂપ ઉપદ્રષ્ટા બને છે. ૫

કર્તુમ્-અકર્તુમ્ વિકર્તુમ્ સમર્થ
ચેતના-ગુણોનું રૂપાંતર કરીને,
માટીથી મર્ત્યો-વિભૂતિઓ બનાવી
જગ-વિકાસ લીલાનો આનંદ માણે છે. ૬

સત્‌નો છે જ્ઞાનયોગ ચિત્ કર્મયોગ
આનંદનો ભક્તિયોગ પ્રેરણાનો સ્રોત,
ક્લેશમય જ્ઞાનયોગ દિલને કઠે છે
ભક્તિયોગ અવ્યય-સુસુખ નીવડે છે. ૭

લોકનો સંગ્રહ છે ચિત્ શક્તિનું કર્મ
સર્વ-ભૂત-હિત વળી આત્માનું કર્મ,
ગુણોત્કર્ષ મુખ્ય છે જીવાત્માનું કર્મ
કર્મ-જ્ઞાન-ભક્તિ સમન્વિત યોગ. ૮

० ० ०

सत्

आत्मा

जीव


ning
er
कर्तुम् ction
ंग्रह
भोक्तार ation

ि रत ।

कर्ण
अि

आत

गच्छन्ति
था :

owers

आनंद

सिद्धि → मुक्ति

शुद्धि → मुक्ति

गुणमुक्ति — निर्वाण

विकृत रस

विकारान् च गुणान् चैव
विद्धि प्रकृति संभवान् ॥
कारणं गुणसङ्गोऽस्य
सद्–असद् योनि–जन्मसु ॥

भक्तियोग = રસ શુદ્ધિ
सुमुख अव्यय = વાળવું
રસશુદ્ધિ માટે આધાર મળે
મીરાં લાગો રંગ હરિ
ઔરન સબ રંગ હટકી પરી

વિવિધ રચના કરી અનેક રસ લેવાને,
શિવ થકી જીવ થયો એ જ આશે.

ભગવાને જ્યારે પોતાના સ્વરૂપને વ્યક્ત કરવાની લીલા આદરી ત્યારે સંતાકુકડીની રમત માંડી. એ રમતમાં ભગવાને પોતાના સત્ ચિત્ આનંદ ના અંશોને જુદા પાડી નીચેની કક્ષાએ ઉતાર્યા. સત્(પરમાત્મા)ને નીચે ઉતારી આત્મા અને જીવ પેદા કર્યા અને એ જ ક્રમમાં પુરુષનું જ્ઞાન અથવા અવસ્થા–ભાન ઊતરતી કોટિનાં બનતાં ગયાં. વળી આ ખેલમાં પોતાની પ્રકૃત્તિને – मद्भावःते स्वभावः માં ઉતારી તે પછી भावाः ની કક્ષાએ ઉતારી દીધી. મદ્ભાવ-માં પુરુષ ને પ્રકૃતિ એકરૂપ હોય છે. સ્વભાવમાં પુરુષ પ્રકૃતિથી પોતાને વિભક્ત થએલો અનુભવે છે અને ભાવાઃ માં પુરુષ પ્રકૃતિમાં બેડૂલો, પ્રકૃતિમય બનેલો રહે છે. ઈશ્વર कर्तुम् अकर्तुम्–विकर्तुम् समर्थः પોતાના અવસ્થા–ભાનને અને પોતાની પ્રકૃતિ–શક્તિને મર્યાદિત બનાવવાની માયા શક્તિ ધરાવે છે.

સંતાકુકડીમાં मद्भावः→स्वभावः→भावाःનો ઊતરતો ક્રમ એ સંતાવાનો ખેલ છે તો भावाः→स्वभावः→मद्भावः એ ચઢતા ક્રમમાં ભિલ્લુને ખોળી કાઢવાનો ખેલ છે. એ જ રીતે જીવ-દશાના ભાનમાંથી આત્મજ્ઞાન મેળવવાનું ને તે પછી પરમાત્મા–અવસ્થાનું ભાન મેળવવાનું હોય છે.

आत्मनि अथो मयि ।

ચિત્-શક્તિના જ્ઞાન અને શક્તિના અંશોને ભગવાને લીલા માટે છૂટા પાડયા; તેથી પ્રકૃતિમાં ત્રિગુણમયી માયા-વિકારી ગુણો પેદા થયા.

એ જ રીતે રમતમાં ભગવાન શિવ થકી જીવ થયા; તેમાં જીવનો સંકુચિત अहंभाव ઊભો થયો. જે ક્ષણે આત્મતત્ત્વમાંથી જીવ જુદો પડે છે – अविभक्तश्च भूतेषु विभक्तमिव च स्थितः । – પોતાનું જુદું અસ્તિત્વ ગણતો થાય છે, પ્રકૃતિને પોતાની આગવી બનાવે છે તે જ ક્ષણથી તેનું ભાન મર્યાદિત બને છે. એ જુદા અસ્તિત્વની ભાવનામાંથી, જુદા પડવાની અને વ્યક્તિ તરીકે જીવવાની ઇચ્છામાંથી જ પરિગ્રહની, વસ્તુઓ પર માલિકી ભોગવવાની, વસ્તુઓને ભોગવવાની તેની ભૂમિકા રચાય છે. જુદાપણાની ભાવના– अहंभाव ખરી પડે ને જીવ આત્મતત્ત્વ સાથે સમરસ બની જાય તો ભોગો ભોગવવાપણું તેને રહેતું નથી; પ્રકૃતિથી આત્મા છૂટો પડી જાય છે, માત્ર ઉપદ્રષ્ટા કે સાક્ષીરૂપ બની જાય છે. તેથી જ વિકારી ગુણોના પ્રભાવમાંથી જીવને છોડાવવા માટે अहंभाव નો નાશ થવો જોઈએ – सर्वभूतात्मभाव ની અનુભૂતિ થવી જોઈએ.

तत्र को मोहः कः शोकः एकत्वमनुपश्यतः ।

ગીતા જીવનો શિવ બનવાની યુક્તિ કે યોગ શીખવે છે. જીવનું શિવ થવું ને શિવનું જીવ થવું એ સંગીતના સ્વરોના આરોહ-અવરોહ જેવી પ્રક્રિયા છે.

સા રે ગ મ પ ધ ની સા

સા ની ધ પ મ ગ રે સા

સ્વરો એના એ જ પણ સ્વરોના ચઢાવ-ઉતારની જ ખૂબી છે. જીવનો શિવ બનાવતાં સ્વરોને ચઢાવવાના હોય છે; જીવે પ્રથમ આત્માકક્ષાએ પહોંચવાનું હોય છે ને પછી પરમાત્માવસ્થાએ પહોંચવાનું હોય છે. आत्मनि अथो मयि ।

એજ રીતે પ્રકૃતિએ भावा:→स्वभाव:→मद्भाव: ના ક્રમે ચઢવાનું હોય છે.

ત્રણ પુરુષની કલ્પના એ ગીતાના તત્ત્વજ્ઞાનનો પાયો છે. આ ત્રણ પુરુષો એકબીજાથી સ્વતંત્ર નહિ, પણ એક જ તત્ત્વની – એક જ પુરુષની ત્રણ અવસ્થાઓ છે. સૌથી નીચલી અવસ્થાનો જીવ ममैवांश: પરમાત્માનો જ અંશ છે. जीवो ब्रह्मैव नापर: । પણ જીવ ત્રિગુણમયી પ્રકૃતિ સાથે તદ્રૂપ થયેલો હોય છે. જીવ પરમાત્માનો અંશ હોઈ પોતાના અસલી સ્વરૂપનું ભાન પણ તેને આંશિક જ હોય છે. જીવથી ઉપરની આત્માવસ્થામાં તે પ્રકૃતિની પ્રવૃત્તિઓમાં સંડોવાતો નથી, પ્રકૃતિથી અલિપ્ત-સાક્ષીરૂપ રહે છે. આમ જીવ પ્રકૃતિમાં પ્રવૃત્ત રહે છે ત્યારે આત્મા પ્રકૃતિથી નિવૃત્ત થઈને વર્તે છે. कर्मणि अकर्म य: पश्येत् । છતાં પોતે નિવૃત્ત-અલિપ્ત રહીને પ્રકૃતિની પ્રવૃત્તિઓને ચાલવા દે છે, તેથી તે अकर्मणि च कर्म य: । ની સ્થિતિ ભોગવે છે. પ્રકૃતિની પ્રવૃત્તિ-ઓના કશા સંસ્કાર તેના પર પડતા નથી. આ રીતે જોતાં

જીવ દશામાં સાત્ત્વિક કર્મો પણ સકામ કર્મો હોય છે. નિષ્કામ કર્મો કરવાં એટલે જ ઉપદ્રષ્ટા તરીકે પ્રકૃતિની પ્રવૃત્તિઓને ચાલવા દેવી.

પ્રકૃતિથી છૂટવું–પ્રકૃતિની પ્રવૃત્તિઓના સંસ્કાર ન પડે એ અવસ્થાને મોક્ષ કે નિર્વાણ કહે છે. નિર્વાણ–અવસ્થા એ ઉપદ્રષ્ટા–અવસ્થા છે. પણ નિર્વાણ એ અધૂરી–વચલી અવસ્થા છે. આત્માવસ્થામાં પુરુષ પ્રકૃતિથી માત્ર અલિપ્ત થઈ શકે છે, પ્રકૃતિ સાથે પુરુષનો સમન્વય થતો નથી. એ સમન્વય સત્ ચિત્ આનંદ સ્વરૂપમાં જ સધાય છે, पुरुषोत्तम અને मद्भाव બન્ને એકરૂપ બને છે; તેમાં કર્મ, જ્ઞાન, ભક્તિ સમરસ બને છે. એને જ ગીતા पुरुषोत्तम–योग, पूर्ण–योग કહે છે. આત્મા અને પુરુષોત્તમની ઉત્તરોત્તર ચઢતી અવસ્થાઓનો પરિચય ગીતાએ એક જ વાકયમાં આપી દીધો છે:

उपद्रष्टाऽनुमन्ता च भर्ता भोक्ता महेश्वरः ।

આત્મા પ્રકૃતિના વિકારોથી માત્ર મુક્ત બને છે, પણ મહેશ્વર પ્રકૃતિનો સ્વામી બની લોકસંગ્રહાર્થે–જગતના વિકાસના હેતુ માટે તેનો સંવાદી ઉપયોગ કરે છે. પુરુષોત્તમ સ્વરૂપને ઓળખતો–સમજતો પુરુષ

स सर्वविद् भजति माम् सर्वभावेन भारत ।।

જીવ શિવ થઈ શકે છે કેમ કે જીવ એ શિવના અંશરૂપે જ અવતર્યો છે, શિવની ભલે અંશરૂપે પણ

બધી જ શક્તિઓ સાથે અવતર્યો છે. અંશરૂપે તે उपद्रष्टाऽनुमन्ता च भर्ता भोक्ता महेश्वरः છે. તેથી તે ક્રમે ક્રમે उपद्रष्टा अनुमन्ता ને પછી भर्ता भोक्ता महेश्वरः બની શકે છે. આ આરોહની પ્રક્રિયા માટે એક જ શરત છે. જીવ પ્રકૃતિમાં ડૂબેલો, સંડોવાયેલો રહે છે તેમાંથી તે ઉપર ઊઠે, અને પ્રકૃતિની પ્રવૃત્તિઓને સાક્ષીરૂપ બની તટસ્થતાથી જોતો–નિહાળતો થાય.

પણ પ્રકૃતિમાં સંડોવાયેલો જીવ પ્રકૃતિથી ઉપર ઊઠે કઈ રીતે ? સાત્ત્વિક બુદ્ધિ એ પ્રક્રિયાનું ઉચ્ચાલન બને છે, પણ કેવળ બુદ્ધિ કે માનસિક સાધના બહુ મર્યાદિત તાકાત પૂરી પાડે છે, ઉપર ઊઠવાની પ્રક્રિયાને વેગ આપી તેને પરિપૂર્ણ કરવા માટે તો જીવે પોતે એવા તત્ત્વ સાથે અનુસંધાન કરવું જોઈએ જે તત્ત્વ પોતે જ સ્વયંપૂર્ણ હોય એટલે કે જીવે આત્મા અને પરમાત્મા સાથે જ યુક્ત થવું જોઈએ युक्त आसीत मत्परः । આપણા સમગ્ર જીવનને–બુદ્ધિ, મનોબળ, ભાવના એ બધાં અંગોને सर्वभावेन આત્મા–પરમાત્મા તરફ વાળવાં જોઈએ, પરમાત્મા સાથે જોડવાં જોઈએ. આ જ ગીતાનો યોગ, એ જ ગીતાનો ધ્રુવમંત્ર.

यत्करोषि यदश्नासि यज्जुहोसि ददासि यत् ।
यत् तपस्यसि कौन्तेय ! तत्कुरुष्व मदर्पणम् ॥

તારી બધી જ પ્રવૃત્તિઓને મને–પરમાત્માને પહોંચવાના ધ્યેય તરફ વાળ. પ્રકૃતિથી ઉપર ઊઠવું, તેના

પાશમાંથી મુક્ત થવું એ તો યોગની માત્ર શરૂઆત જ
છે, સમગ્ર યોગ તો જીવે સંપૂર્ણ શિવ થવું, સચ્ચિદા-
નંદનાં ત્રણે અંગો—સત્–જ્ઞાન, ચિત્–પ્રકૃતિ અને આનંદ-
રસશુદ્ધિ સાથે તદ્રૂપ થવું એમાં સમાયેલો છે. આ
સમગ્ર યોગ એ જ્ઞાન કર્મ, ભક્તિનાં ત્રણે અંગોને
सर्वभावेन સમન્વિત રીતે પરમાત્મા તરફ વાળવાનો ને પરમા-
ત્માની કક્ષાએ પહોંચવાનો યોગ છે.

मद्भावमागताः । मम साधर्म्यमागताः ।

જીવની પ્રકૃતિ મારી પ્રકૃતિનું રૂપ ધારણ કરે છે,
જીવ બધી રીતે મારા સ્વરૂપને પામે છે.

गीता अध्याय १५

ऊर्ध्वमूलम् अधःशाखम् अश्वत्थं प्राहुर् अव्ययम् ।
छंदांसि यस्य पर्णानि यस् तं वेद स वेदवित् ॥ १

अधश् चोर्ध्वं प्रसृतास् तस्य शाखा(:)
गुणप्रवृद्धा विषयप्रवालाः ।
अधश्च मूलान्यनुसंततानि
कर्मानुबंधीनि मनुष्यलोके ॥ २

न रूपम् अस्येह तथोपलभ्यते
नान्तो न चादिर् न च संप्रतिष्ठा ।
अश्वत्थम् एनं सुविरूढमूलम्
असंगशस्त्रेण दृढेन छित्वा ॥ ३

ततः पदं तत् परिमार्गितव्यम्
यस्मिन् गता न निवर्तन्ति भूयः ।
तम् एव चाद्यं पुरुषं प्रपद्ये
यतः प्रवृत्तिः प्रसृता पुराणी ॥

निर्मानमोहा जितसङ्गदोषा(:)
अध्यात्मनित्या विनिवृत्तकामाः ।
द्वन्द्वैर् विमुक्ताः सुखदुःखसंज्ञैर्
गच्छन्त्यमूढाः पदम् अव्ययं तत् ॥

न तद् भासयते सूर्यो न शशांको न पावकः ।
यद् गत्वा न निवर्तन्ते तद् धाम परमं मम ॥

ममैवांशो जीवलोके जीवभूतः सनातनः ।
मनः षष्ठानीन्द्रियाणि प्रकृतिस्थानि कर्षति ॥

शरीरं यद् अवाप्नोति यच् चाप्युत्क्रामतीश्वरः ।
गृहीत्वैतानि संयाति वायुर् गंधान् इवाशयात् ॥

श्रोत्रं चक्षुः स्पर्शनं च रसनं घ्राणम् एव च ।
अधिष्ठाय मनश् चायम् विषयान् उपसेवते ॥

उत्क्रामन्तं स्थितं वाऽपि भुंजानं वा गुणान्वितम् ।
विमूढा नानुपश्यन्ति पश्यन्ति ज्ञानचक्षुषः ॥

यतन्तो योगिनश् चैनम् पश्यंत्यात्मन्यवस्थितम् ।
यतन्तोऽप्यकृतात्मानो नैनं पश्यन्त्यचेतसः ॥

यद् आदित्यगतं तेजो जगद् भासयतेऽखिलम् ।
यच् चन्द्रमसि यच् चाग्नौ तत् तेजो विद्धि मामकम् ॥ १२

गाम् आविश्य च भूतानि धारयाम्यहम् ओजसा ।
पुष्णामि चौषधीः सर्वाः सोमो भूत्वा रसात्मकः ॥ १३

अहं वैश्वानरो भूत्वा प्राणिनां देहम् आश्रितः ।
प्राणापानसमायुक्तः पचाम्यन्नं चतुर्विधम् ॥ १४

सर्वस्य चाहं हृदि सन्निविष्टो
मत्तः स्मृतिर् ज्ञानम् अपोहनं च ।
वेदैश्च सर्वैरहम् एव वेद्यो
वेदान्तकृद् वेदविद् एव चाहम् ॥ १५

द्वाविमौ पुरुषौ लोके क्षरश्च् चाक्षर एव च ।
क्षरः सर्वाणि भूतानि कूटस्थोऽक्षर उच्यते ॥ १६

उत्तमः पुरुषस् त्वन्यः परमात्मेत्युदाहृतः ।
यो लोकत्रयम् आविश्य बिभर्त्यव्यय ईश्वरः १७

यस्मात् क्षरम् अतीतोऽहम् अक्षराद् अपि चोत्तमः ।
अतोऽस्मि लोके वेदे च प्रथितः पुरुषोत्तमः ॥ १८

यो माम् एवम् असंमूढो जानाति पुरुषोत्तमम् ।
स सर्वविद् भजति माम् सर्वभावेन भारत ! ॥ १९

इति गुह्यतमं शास्त्रम् इदम् उक्तं मयानघ ! ।
एतद् बुद्ध्वा बुद्धिमान् स्यात् कृतकृत्यश्च भारत ! ॥ २०

ઊંચે મૂળ, તળે ડાળો, શ્રુતિઓ પાંદડાં કહ્યાં;
એ અવિનાશ અશ્વત્થ જાણે, તે વેદ જાણતો. 1

ઊંચે–તળે ડાળ–પસાર તેનો
ગુણે વધ્યો, ભોગથી પાલવ્યો જે;
નીચે, વળી, માનવલોક માંહી
મૂળો ગયાં, કર્મ વિશે ગુંથાયાં. 2

તેનું જગે સત્ય ન રૂપ ભાસે,
ન આદિ, અંતે નહિ કોઈ પાયો;
હૌ તીવ્ર વૈરાગ્યતણી કુહાડી,
અશ્વત્થ આવો દૃઢમૂળ તોડ. 3

શોધી પછી તે પદને પ્રયત્ને,
જ્યાં પહોંચનારા ન પડે ફરીથી.
તે પામવું આદિ પરાત્મ રૂપ,
પ્રવૃત્તિ જ્યાંથી પ્રસરી અનાદિ. 4

નિર્માન, નિર્મોહ, અસંગવૃત્તિ
અધ્યાત્મનિષ્ઠા નિત, શાંતકામ
છૂટેલ દ્વન્દ્વ સુખદુઃખરૂપી
અમૂઢ તે અવ્યય ધામ પામે. 5

ન પહોંચે સૂર્યનું તેજ, ચંદ્રનું કે ન અગ્નિનું,
જ્યાં પહોંચી ન ફરે પાછા તે મારું ધામ ઉત્તમ. 6

મારો જ અંશ સંસારે જીવરૂપ સનાતન
ખેંચે પ્રકૃતિમાંથી તે મન ને પાંચ ઇન્દ્રિયો. ૭

જેમ વાયુ ગ્રહે ગંધ વસ્તુનો નિજ સાથમાં,
તેમ દેહી ગ્રહે આ સૌ ધારતાં–છોડતાં તનુ. ૮

આંખ, કાન, ત્વચા, નાક જીભ ને છઠું તો મન,
અધિષ્ઠાતા થઈ સૌનો દેહી વિષય ભોગવે. ૯

નીકળે કે રહે દેહે, ભોગવે ગુણ સાથ વા,
મૂઢો ન દેખતા એને, દેખે છે જ્ઞાનચક્ષુના. ૧૦

રહેલો હૃદયે તેને દેખે યોગી પ્રયત્નવાન;
હૈયાસૂના, અશુદ્ધાત્મા, ન દેખે યત્નથીય તે. ૧૧

તેજ આદિત્યમાંનું જે પ્રકાશે વિશ્વ સર્વને,
ચંદ્રે જે અગ્નિમાંયે જે, મારું જ તેજ જાણ તે. ૧૨

ધરતીમાં ઊતરી ધારું ભૂતોને મુજ શક્તિથી;
પોષું છું ઔષધી સર્વે થઈ સોમ, રસે ભર્યો. ૧૩

હું વૈશ્વાનર રૂપે સૌ પ્રાણીના દેહમાં રહ્યો,
પ્રાણાપાન કરી યુક્ત પચાવું અન્ન ચોવિધ. ૧૪

નિવાસ સૌનાં હૃદયે કરું હું,
હુંથી સ્મૃતિ, જ્ઞાન તથા વિવેકઃ
વેદો બધાનું હું જ એક વેદ્ય,
વેદાન્તકર્તા હું જ વેદવેત્તા. ૧૫

બે છે આ પુરુષો વિશ્વે ક્ષર-અક્ષર અર્જુન
ક્ષર તે સઘળાં ભૂતો, નિત્યને અક્ષર કહ્યો. ૧૬

પોષે ત્રિલોકને વ્યાપી જે અવિનાશ ઈશ્વર,
પરમાત્મા કહ્યો તેને, ત્રીજો પુરુષ ઉત્તમ. ૧૭

ક્ષરથી પર છું હું ને અક્ષરથીય ઉત્તમ;
તેથી હું લોક ને વેદે વર્ણાયો પુરુષોત્તમ. ૧૮

જે અમૂઢ મને આમ જાણે છે પુરુષોત્તમ,
તે સર્વજ્ઞ મને પાર્થ ! ભજે છે સર્વભાવથી. ૧૯

અત્યંત ગૂઢ આ શાસ્ત્ર તને, નિષ્પાપ ! મેં કહ્યું,
તે જાણી બુદ્ધિને પામી કૃતાર્થ બનવું ઘટે. ૨૦



૨. ગુણોત્કર્ષના ઉપાયો

પ્રેય કે શ્રેયનું ધ્યેય નક્કી કરો.
પ્રેયને મંદ, શ્રેય ધીર ચાહે,
શ્રેય માટે કરો યુદ્ધ થાક્યા વિના
અલ્પ સંતોષ ત્યાં કામ ના’વે. ૧

દેહને સમજ તું ધર્મનું સાધન
નથી એ સાધ્ય કે ભોગ–સાધન;
સાધ્ય–સાધન તણો ભેદ સમજાય તો
જીવની સાધના સુગમ થાયે. ૨

ખુદને ભૂલીને દેહ વહાલો કર્યો
જીવનો એ જ અપરાધ મોટો;
દેહ છે જીવનું ખેલ–મેદાન પણ
બન્યો એ પિંજરું જીવ કેરું. ૩

ઇન્દ્રિયો ખુદના બજાવે ધર્મ જે
જીવ શું કામ તેમાં ફસાયે ?
ભોગનું ધ્યાન જો અહોનિશ આદરે
જીવ વધુ ને વધુ સંડોવાયે. ૪

ભોગ વાગોળવા એ જ છે લપસણું,
ધસારો આવતાં તુરત ખાળો;
શરીરને રથ ગણી જીવને સારથી
ઘોડલાને લગામે હંકારો ૫

યુક્ત-આહાર ને યુક્ત-વિહારથી
યોગની સાધના સુગમ થાયે;
સ્વાદ-વિકાર વશ ખાણીપીણી થતાં
યોગની સાધના દુઃખદ થાયે. ૬

તુજમાં ડુબાડ એ સૂત્રનો મર્મ છે
રોજેરોજ ઘટે સ્વાર્થવૃત્તિ;
કાઢ સરણૈયું ડૂબીને અંતર મહીં
મનોરથો કાર્યસિદ્ધિ કરે ના. ૭

બની આસ્તિક કરો પરગુણ-દર્શન
દોષ-દર્શન કેરી દૃષ્ટિ ટાળો,
દોષ-દર્શન ઠરી આસુરી સંપત્,
ઠરી ગુણ-દર્શન દૈવી સંપત્, ૮

પૂર્વગ્રહોની ગ્રંથિ ઝટ બાંધો નહિ
બાંધેલી ગ્રંથિને વળગી ના રહો;
શ્રેયતણા મૂલ્યોનું નિત સેવન કરો
મૂલ્યોહીન વ્યક્તિનો સંગ જ ટાળવો. ૯

દૈવી સંપત્તિનો કીમિયો પામવા
ચતુર્વિધ સાધના ચાલુ રાખો;
ભૂત-તાદાત્મ્ય, વિજ્ઞાનમય દર્શન
ઉચ્ચ વિચાર ને સાદું જીવન. ૧૦

o o o

प्रकृतेः क्रियमाणानि गुणैः कर्माणि सर्वशः ।

પ્રકૃતિના સત્ત્વ રજસ્, તમસ્ એ ત્રણ ગુણોની પ્રવૃત્તિઓ એ જ બધી જાતનાં કર્મો છે. એ પ્રવૃત્તિઓના પ્રસંગો ગમે તે હોય પણ છેવટે એ પ્રસંગો ગુણોની અભિવ્યક્તિ જ હોય છે. એટલે કર્મ ગમે તે હોય પણ પાછળ ત્રણમાંનો કયો ગુણ કામ કરી રહ્યો છે તે જ કસોટીએ કર્મની ઉપયોગિતા તપાસવી રહી. જાહેર સેવકો જો સ્વાર્થ સાધવા કે અહંભાવથી, ઈર્ષ્યા–દ્વેષથી પોતાની સેવા–પ્રવૃતિ કરતા હોય તો તેવા સેવકોની પ્રવૃત્તિ સર્વભૂતહિતની ન ગણાતાં રજોગુણ–પ્રવર્તક પ્રવૃત્તિ જ ગણાવી જોઈએ. એટલે કર્મનો કસોટી બાહ્યરૂપની ન રાખતાં એના આંતરિક ગુણની જ રાખવી યોગ્ય છે. આ કસોટી ખાસ કરીને જીવદશામાં લાગુ પડે છે, કેમ કે જીવદશામાં જ પ્રકૃતિ જીવને અનુસરતી નથી, પણ જીવ ઉપર પ્રભુત્વ ભોગવે છે. સત્ ની પરા પ્રકૃતિ સત્‌ને અનુસરે છે, સત્‌ની આજ્ઞા પ્રમાણે તેનો હેતુ પાર પાડવાની પ્રવૃત્તિ કરે છે. આત્મદશામાં આત્માની પ્રકૃતિ સ્વભાવ આત્માને અનુરૂપ પ્રવૃત્તિઓને અનુમતિ આપે છે કે રોકે છે. પણ જીવદશામાં જીવ પ્રકૃતિ પરનો કાબૂ ખોઈ બેસે છે. આ જ કોયડો ઉકેલવાનો રહે છે. જીવનો પ્રકૃતિ પર કાબૂ કઈ રીતે જામે એ જ દૃષ્ટિએ પ્રકૃતિને અનુકૂળ બનાવવી રહી. જીવને આત્માની માફક નિવૃત્ત બનીને પ્રકૃતિને માત્ર નિહાળ્યા કરવાની નથી. જીવ પ્રવૃત્તિમય છે, એણે પ્રકૃતિ પાસે કામ લેવાનું છે. તેથી પ્રકૃતિ એવા સ્વરૂપની હોવી જોઈએ

જેથી જીવનું કામ દીપી ઉઠે. પ્રકૃતિ તમોગુણપ્રધાન હોય તો તે જીવને કેવી પ્રવૃત્તિ કરવા દેવાની હતી ? રજોગુણી હોય તો તે જીવને ડુબાડશે, સત્ત્વગુણી પ્રકૃતિ જ જીવને સ્વસ્થ રીતે ભગવાને સોંપેલું ઉત્ક્રાન્તિનું કાર્ય કરવા દેશે. એટલે છેવટે જીવ અને પ્રકૃતિના સંબંધનો કોયડો ઉકેલવો હોય તો પ્રકૃતિએ સત્ત્વગુણી બનવું રહ્યું. માટે જ नित्यसत्त्वस्थ થઈને રહેવાનું ગીતા કહે છે. આમ પ્રકૃતિના તમસ્‌ને ને રજસ્‌માં અને રજસ્‌ને સત્ત્વમાં ફેરવવો, ગુણોનો ઉત્કર્ષ કરવો એ જ સાધના છે. જીવદશાના કર્મનો આખો ઉદ્દેશ પણ ગુણોત્કર્ષ છે, એ જ જીવદશાનો કર્મયોગ છે.

પણ ગુણોત્કર્ષનો ખરો કોયડો તમસ્‌માંથી રજસ્‌ પર પહોંચવાનો નહિ, રજસ્‌માંથી નીકળી સત્ત્વ પર પહોંચવાનો છે.

इन्द्रियस्येन्द्रियस्यार्थे रागद्वेषौ व्यवस्थितौ ।
तयोर् न वशम् आगच्छेत् तौ ह्यस्य परिपन्थिनौ ॥

રજોગુણ ખીલ્યા પછી ઇન્દ્રિયોના રસ સતેજ બને છે અને ભોગોની ટેવો પાકી બને છે, ટેવોમાંથી ઇન્દ્રિયોને પાછી વાળવી દુઃસાધ્ય બને છે. વળી કેટલાક સંજોગો ઇન્દ્રિયોની ભોગોની ટેવોને ઉત્તેજન આપે છે, મજબૂત બનાવે છે. આહારની ટેવોનો દાખલો લઈએ. માબાપોના સ્વાદના સંસ્કારો બંધાયેલા હોય છે. બાળકોને પણ એ સંસ્કારનો વારસો તેઓ હેતપૂર્વક આપે છે. આહાર વિષે

પોષણદૃષ્ટિના સંસ્કાર પાડવાનું કાર્ય કરનાર માંબાપો વિરલ જ હશે. આહાર વિષે ચર્ચા પણ પોષણની નહિ ભાવવા ન ભાવવાની જ હોય છે. સત્ત્વગુણ વધારવાના સંસ્કારનો વારસો આપે કે ન આપે પણ સ્વાદભાવનાનો વારસો તો માબાપો આપવાનાં જ! એ જ સંસ્કારોની ભેટ સમાજ તરફથી પણ મળે છે. પોષણની દૃષ્ટિએ નહિ પણ પ્રતિષ્ઠાના ધોરણે સમાજમાં આહારમૂલ્ય પ્રચલિત બને છે. એ જ તકનો લાભ લઈ ને આહાર ઉદ્યોગ ચલાવનાર સ્થાપિત હિતો ખોટા પ્રચાર કરી ખોટા સંસ્કાર પાડે છે. આમ સંસ્કારનો વારસો બધી રીતે માણસની પાશવી પ્રેરણાઓ animal instincts ને સક્રિય બનાવી મૂકે છે, ને ઇન્દ્રિયોની મૂળગત ભોગવૃત્તિને મજબૂત બનાવે છે. આમાં પણ સાધકને પોતાની અંદરની વૃત્તિઓ સાથે તેમજ બાહ્ય જગત સાથે સંઘર્ષમાં ઊતરવું પડે છે ને એની સાધનાની મુશ્કેલીઓમા ઉમેરો થાય છે.

विज्ञानसारथिर् यस्तु मनःप्रग्रहवान् नरः ।
सोऽध्वनः पारम् आप्नोति तद् विष्णोः परमं पदम् ॥

રજસ્‌ને સત્ત્વ પર પહોંચાડવા માટે સૌથી પ્રથમ આવશ્યકતા વિજ્ઞાનની દૃષ્ટિ કેળવવાની છે. ખાવું, પીવું, હરવું, ફરવું, ઇત્યાદિ પ્રકૃતિની પ્રવૃત્તિઓ વિજ્ઞાનનાં મૂલ્યોથી ચલાવવી જોઈએ. એક વખત માણસની દૃષ્ટિ વૈજ્ઞાનિક બને તો ટેવોને બદલવાનું તેને માટે સરળ બને છે. रसोऽप्यस्य परं दृष्ट्वा निवर्तते । વિજ્ઞાનનું મૂલ્ય ગળે ઊતરે

તો રસો–ટેવો બદલી શકાય છે. અનુભવમાં પણ આપણે જોઈએ છીએ કે જેને ઊંચાં મૂલ્યોની ઝંખના હોય છે તેને આડીઅવળી વાતોમાં રસ ઓછો પડે છે. અભ્યાસમાં પ્રથમ દરજ્જાના વિદ્યાર્થીઓ ગંભીર પ્રકૃતિના હોય છે, સ્વાધ્યાયમાં જ રત રહે છે ને ખાણીપીણીમાં કે સિનેમા આદિ તમાશામાં બહુ ઓછો રસ ધરાવે છે. જીવનમાં ઊંચા મૂલ્યોનું આ જ મહત્ત્વ છે. તેથી જ પ્રેય કરતાં શ્રેયનું ધ્યેય સ્વીકારવું એ સાધનાની પાયાની આવશ્યકતા બને છે. ધ્યેય પાકું હોય તો પ્રકૃતિની ટેવોને બદલવાની યુક્તિઓ કામ લાગે છે.

સત્ત્વગુણ વધારવા માટે બે પ્રકારની યુક્તિઓ ગીતા બતાવે છે.

૧. જીવે પોતાના દેહ સાથે સંબંધ રાખવો – તે અંગે યુક્તિઓ.

૨. જીવે બીજા જીવો સાથેના સંબંધમાં કઈ કઈ યુક્તિઓ કામમાં લાવવી.

દેહ સાથેના સંબંધમાં પહેલો નિર્ણય શ્રેયના ધ્યેયનો કરવાનો છે. તો જ પ્રકૃતિની ટેવોને બદલવાનું બળ પેદા થશે, અને ગુણોત્કર્ષનો ક્રમિક વિકાસનો કાર્યક્રમ ઘડી શકાશે. દેહની સાથેના સંબંધમાં ગુણોત્કર્ષ માટે ગીતા ચાર મુખ્ય યુક્તિઓ બતાવે છે. ચારે યુક્તિઓને એક

સામટી અજમાવવાની હોય છે, તોજ તે પ્રભાવકારી બને છે, કેમકે એક યુક્તિ બીજી યુક્તિ સાથે સંકળાએલી હોય છે.

૧ સંયમ-નિગ્રહ-દમથી ઇન્દ્રિયોને રોકી રાખવાની, ભોગોમાંથી પ્રત્યક્ષ પાછી વાળવાની યુક્તિ.

૨ મન-બુદ્ધિને ઇન્દ્રિયોની પ્રવૃત્તિઓથી છૂટાં પાડી તેમને તટસ્થ બનાવવની યુક્તિ.

૩ મનમાં ભોગોને ન વાગોળતાં તરત જ બહાર ફેંકવાની યુક્તિ.

૪ ભોગવૃત્તિ-રસોને ભગવાનની ભક્તિમાં વાળવાની યુકિત.

સંયમ-નિગ્રહ-દમ

तस्मात् त्वम् इन्द्रियाण्यादौ नियम्य भरतर्षभ ! ।
पाप्मानं प्रजहि ह्येनं ज्ञानविज्ञाननाशनम् ।

સૌ પ્રથમ તો ઇન્દ્રિયોને નિયમમાં રાખવી જોઈએ, એમને છૂટો દોર ન આપી શકાય. મોટરકારને મર્યાદિત ગતિએ ચલાવવા માટે બ્રેકનો ઉપયોગ કરવો રહ્યો. અગ્નિમાં ઘી હોમવાથી અગ્નિ તેજ થાય છે તેમ ભોગો ભોગવ્યા કરવાથી ભોગવૃત્તિ વધ્યા જ કરે છે. માટે ભોગોને રોકવાની શરૂઆત કરવી પડશે, રોકવાથી ભોગોની ટેવ

મોળી પડે છે, કાબૂમાં આવે છે. આ થઈ ઇન્દ્રિયોને પ્રત્યક્ષ દબાવવાની-દમની યુક્તિ જે માનસિક યુક્તિઓ માટે પ્રાથમિક ભૂમિકા પૂરી પાડે છે.

મન-બુદ્ધિને તટસ્થ બનાવો

इन्द्रियाणां हि चरतां यन्मनोऽनुविधीयते ।
तद् अस्य हरति प्रज्ञां वायुर् नावम् इवाम्भसि ॥

मन एव मनुष्याणाम् कारणं बंधमोक्षयोः ।

ઇન્દ્રિયો પોતાની પ્રવૃતિઓ કરે તેમાં મન સંડોવાય છે એ જ જીવના બંધનનું મુખ્ય કારણ છે.

મન ઇન્દ્રિય-ભોગો સાથે સંડોવાય તો પછી બુદ્ધિ પોતાનો સ્વતંત્ર વિવેક વાપરી શકતી નથી. એમાં તો बुद्धिः कर्मानुसारिणी – બુદ્ધિ કરવામાં આવતાં કર્મોની પક્ષકાર-વકીલ બની જાય છે, કર્મોનો બચાવ કરે છે. એટલે તે મનને દોરવાને બદલે મનથી જ દોરવાઈ જાય છે. તેથી મનને જેમ ઇન્દ્રિયોની પ્રવૃત્તિઓમાં સંડોવાવા ન દેવું જોઈએ, તેને તટસ્થ બનાવવું જોઈએ; તેમ બુદ્ધિને મનથી-મનની ચંચલતાથી છૂટી પાડી તેને તટસ્થ બનાવવી જોઈએ જેથી તે મનનું યોગ્ય નેતૃત્વ કરી શકે, અને પ્રકૃતિની ટેવોને સાચવવાનું બંધ કરી જીવનું હિત સાચવી શકે, જીવને આત્મદશાની ઝાંખી કરાવી શકે.

મનમાં ભોગોને વાગોળો નહિ

બીજી માનસિક યુક્તિ ભોગના વિષયને મનમાં વાગોળ્યા ન કરતાં તેને તરત બહાર ફેંકવાની છે. ભોગનો હુમલો આવતાં જ તેને ટાળો. ભોગોને મનમાં ભોગવ્યા કરો, તેમાં રસ લેતા રહો, તો પ્રત્યક્ષ ભોગવવાની વૃત્તિ જોર પકડશે ને ભોગવવામાં નિષ્ફળ નીવડો તો નાસીપાસ થશો, તમારી બુદ્ધિ ભ્રમમાં પડી જશે ને બુદ્ધિભ્રમ થતાં તમે પરમેશ્વરના અંશ જીવાત્મા છો એનું પણ ભાન નહિ રહે. આમ વિષયોને વાગોળ્યા કરવા એ જ अधोऽधो गंगेयम् – નીચે ને નીચે પડવાનું લપસણું છે. માટે વિષયનો હુમલો આવતાં જ તેને બહાર ફેંકી દો. તમે અંતર્મુખ થઈને પોતાના દિલને તપાસતાં શીખશો તો આ યુક્તિ તમને સહેજે હાથ લાગશે. ભોગો તમારા જીવની વસ્તુઓ નથી, પ્રકૃતિની વસ્તુઓ છે ને તમારે તો પ્રકૃતિ પાસે કામ લેવાનું છે તેની જાળમાં ફસાવાનું નથી, એવો સતત ખ્યાલ તમને રહ્યા કરશે.

ઇન્દ્રિય-દમનને ગીતા પ્રાથમિક મહત્ત્વ આપે છે. ગીતાનો મદાર તો માનસિક સાધના પર છે. અને રસોને ભગવાનની ભક્તિ તરફ વાળવાની યુક્તિ સર્વોત્કૃષ્ટ છે, માનવસુલભ પણ છે.

હવે જીવના બીજા જીવો સાથેના સંબંધોમાં ગુણોત્કર્ષની યુક્તિઓનો વિચાર કરીએ.

અહીં પણ પ્રેય કે શ્રેયનું ધ્યેય કામ કરે છે. પ્રેયના ધ્યેયવાળા બીજાઓ સાથે એક રીતે વર્તશે, શ્રેયના ધ્યેય-વાળા બીજી રીતે વર્તશે. પ્રેયવાળા અહંભાવથી વર્તશે, show off કરશે, ઈર્ષ્યા–ઘર્ષણો ઊભાં કરશે, પોતાના સંબંધોનું વર્તુલ નાનું કરતા જશે ને નાના વર્તુલનું પણ વિષચક્ર–vicious circle–બનાવશે, કુટુમ્બમાં પણ ક્લેશ ઊભા કરશે.

શ્રેયવાળાઓ પરસ્પર પ્રેમ, સરળતા, સહકાર, તાદાત્મ્યની ભાવના અનુભવશે ને आत्मवत् सर्वभूतेषु ની વૃત્તિ કેળવશે, પરસ્પર સંપૂર્ણ દિલ ખોલીને વર્તશે, તેમના સંબંધોનું વર્તુલ વિશાળ બનતું જશે ને સંબંધો બધા મીઠા બનતા જશે. આત્મભાવનો સંબંધ અહંભાવને નિર્મૂળ કરવાની યુક્તિ છે. પણ સત્ત્વગુણ સ્થિર થાય તેના પ્રમાણમાં જ આત્મભાવ પેદા થશે.

બીજાઓ સાથેના સંબંધોમાં ગુણોત્કર્ષની બીજી યુક્તિ ગુણદર્શનની છે.

सुमति कुमति सबके उर बसहि ।

પણ તમારે શું જોવું છે ? બીજાના દોષો જોયા કરવાના કે ગુણો ? તમે રજોગુણી હશો તો બીજાના દોષો જોયા કરશો, સત્ત્વગુણી હશો તો બીજાના ગુણો તમારી નજરે પડશે. દોષ જોવા હોય તો –

सर्षपमात्राणि परछिद्राणि पश्यति
आत्मनः बिल्वमात्राणि न पश्यति ।

ગુણદર્શનની કસોટી

परगुणपरमाणून् पर्वतीकृत्य नित्यम्
निज हृदि विकसन्तः संति संतः कियन्तः ।

બીજાઓના ગુણો જોવાની ક્રિયા પોતાના ગુણો વધારવાની પ્રતિક્રિયામાં પરિણમે છે. એ રીતે ગુણોત્કર્ષ માટે ગુણદર્શન એ યુક્તિનું કામ આપે છે.

ગુણદર્શનની યુક્તિથી ગાંધીજીએ અસંખ્ય લોકોને રાષ્ટ્રભક્ત બનાવ્યા હતા. ગુણદર્શનની વૃત્તિને તેઓ અહિંસાવૃત્તિ, આસ્તિકવૃત્તિ તરીકે ગણાવતા. તેઓ તેમના સંપર્કમાં આવતા દરેકના ગુણદોષ ઓળખતા પણ ગુણોને ઉત્તેજન આપી ખીલવતા. એટલું જ નહિ પણ વિરોધીઓ પ્રત્યે પણ ગુણદર્શનની અહિંસા દાખવતા, તેમના આત્માને જાગૃત કરવાનું આહ્વાન આપતા ને એ રીતે તેમના પર પોતાના આત્મભાવનો પ્રભાવ પાડતા. તેમનું વલણ

उपकारिषु यः साधुः साधुत्वे तस्य को गुणः ।
अपकारिषु यः साधुः स साधुः सदभिरुच्यते ॥

પ્રેયવાળા ઉપકારના બદલામાં ઉપકાર કરે, શ્રેયવાળા અપકારના બદલામાં પણ ઉપકાર કરે, કેમકે એમનું ધ્યેય ગુણોત્કર્ષનું છે.

ગાંધીજી જાતના જોખમે પણ પોતાની અહિંસાના આવા પ્રયોગો કરવા હંમેશાં તત્પર રહેતા. તેઓ આવા પ્રયોગો કરી શકતા કેમકે તેમની પાસે surplus energy મોટા પ્રમાણમાં હતી. પોતાની surplus energy ના બળે સંતો સત્સંગીઓના ગુણોને ખીલવે છે, એ જ સંતકૃપા છે. ગીતા સત્ત્વગુણ વધારીને આવી surplus energy એકઠી કરવાની સલાહ આપે છે.

જેમ ગુણદર્શન એ ગુણોત્કર્ષનો કીમિયો છે તે જ રીતે બીજાઓ વિષે પૂર્વગ્રહોની ગ્રંથિઓ ઝટઝટ ન બાંધવી એ પણ ગુણોત્કર્ષની યુક્તિ છે. એકાદ પ્રસંગના અનુભવ કે છાપ પરથી બીજા વિષે કાયમ પૂર્વગ્રહ બાંધી દેવો એ દોષદર્શનનું જ સ્વરૂપ છે. ગુણદર્શનની ભાવનાથી હંમેશાં તાજા દિલ–દિમાગથી બીજાઓ સાથે વ્યવહાર રાખવા તત્પર રહેવું જોઈએ.

હા, આ બધા સંબંધોમાં એક સાવચેતી રાખવાની જરૂર છે. ખાસ કરીને જેમને surplus energy ની સંપત્તિ એકઠી કરવાની છે તેઓએ શ્રેયનાં મૂલ્યો ન હોય તેવી વ્યક્તિઓ સાથે ગાઢ સંબંધ બાંધવા નહીં, તેમનો સંગ ટાળવો.

जाके प्रिय न राम वैदेही
सो छांडिये कोटिवैरीसम यद्यपि परम सनेहि ।

o o o

आत्मानं रथिनं विद्धि शरीरं रथम् एव तु।
बुद्धिम् तु सारथिम् विद्धि मनः प्रग्रहम् एव च ॥ २१

इन्द्रियाणि हयान् आहुर् विषयांस् तेषु गोचरान् ।
जीवेन्द्रियमनोयुक्तम् भोक्तेत्याहुर् मनीषिणः ॥ २२

विज्ञानसारथिर् यस् तु मनः प्रग्रहवान् नरः ।
सोऽध्वनः पारम् आप्नोति तद् विष्णोः परमं पदम् ॥ २३

प्रकृतेः क्रियमाणानि गुणैः कर्माणि सर्वशः ।
अहंकारविमूढात्मा कर्ताऽहम् इति मन्यते ॥ २४ (गीता ३-२७)

पुरुषः प्रकृतिस्थो हि भुंक्ते प्रकृतिजान् गुणान् ।
कारणं गुणसंगोऽस्य सद्असद्योनिजन्मसु ॥ २५ (१३-२१)

नान्यं गुणेभ्यः कर्तारम् यदा द्रष्टाऽनुपश्यति ।
गुणेभ्यश्च परं वेत्ति मद्भावं सोऽधिगच्छति ॥ २६ (१४-१९)

यः सर्वत्रानभिस्नेहस् तत् तत् प्राप्य शुभाशुभम् ।
नाभिनन्दति न द्वेष्टि तस्य प्रज्ञा प्रतिष्ठिता ॥ २७ (२-५७)

न जातु कामः कामानाम् उपभोगेन शाम्यति ।
हविषा कृष्णवर्त्मेव भूय एवाभिवर्धते ॥ २८

विषया विनिवर्तन्ते निराहारस्य देहिनः ।
रसवर्जं, रसोऽप्यस्य परं दृष्ट्वा निवर्तते ॥ २९ (२-५९)

ध्यायतो विषयान् पुंसः सङ्गस् तेषूपजायते ।
सङ्गात् संजायते कामः कामात् क्रोधोऽभिजायते ॥ ३० (२–६२)

क्रोधाद् भवति सम्मोहः सम्मोहात् स्मृतिविभ्रमः ।
स्मृतिभ्रंशाद् बुद्धिनाशो बुद्धिनाशात् प्रणश्यति ॥ ३१ (२–६३)

नास्ति बुद्धिर् अयुक्तस्य न चायुक्तस्य भावना ।
न चाभावयतः शान्तिर् अशान्तस्य कुतः सुखम् ॥ ३२ (२–६६)

इन्द्रियाणां हि चरतां यन्मनोऽनुविधीयते ।
तदस्य हरति प्रज्ञां वायुर् नावम् इवाम्भसि ॥ ३३ (२–६७)

इन्द्रियाणि पराण्याहुर् इन्द्रियेभ्यः परं मनः ।
मनसस्तु परा बुद्धिर् यो बुद्धेः परतस्तु सः ॥ ३४ (२–४२)

एवं बुद्धेः परं बुद्ध्वा संस्तभ्यात्मानम् आत्मना ।
जहि शत्रुं महाबाहो ! कामरूपं दुरासदम् ॥ ३५ (३–४३)

उद्धरेद् आत्मनात्मानं नात्मानम् अवसादयेत् ।
आत्मैव ह्यात्मनो बन्धुर् आत्मैव रिपुर् आत्मनः ॥ ३६ (६–५)

बन्धुर् आत्मात्मनस् तस्य येनात्मैवात्मना जितः ।
अनात्मनस्तु शत्रुत्वे वर्तेतात्मैव शत्रुवत् ॥ ३७ (६–६)

तस्मात् त्वम् इन्द्रियाण्यादौ नियम्य भरतर्षभ ! ।
पाप्मानं प्रजहि ह्येनम् ज्ञानविज्ञाननाशनम् ॥ ३८ (३–४१)

આત્માને રથસ્વાર ને શરીરને રથ જાણ,
બુદ્ધિને સારથિ ગણી, મનને ગણો લગામ. ૨૧

ઇન્દ્રિયો ઘોડા થઈ ભોગવસ્તુ પ્રતિ ધાય,
જીવ ઇન્દ્રિય-મન વડે ભોક્તા છે એમ જાણ. ૨૨

વિજ્ઞાન સારથિ જેનો વશમાં મન-લગામ
માર્ગ-શિખરને પહોંચતો વિષ્ણુપદ ઉત્તમ. ૨૩

પ્રકૃતિની ગુણ-પ્રવૃત્તિ એ જ કર્મો બધાં
અહંકારવિમૂઢાત્મા કર્તા હું ભલે માનતો. ૨૪

પ્રકૃતિમાં રહ્યો સેવે પ્રકૃતિગુણ પુરુષ;
આસક્તિ ગુણમાં તેથી સદસદ્ યોનિમાં પડે. ૨૫

ગુણો વિના ન કર્તા કો, જ્યારે દ્રષ્ટા પિછાનતો,
ત્રિગુણાતીતને જાણે, તે પામે મુજ ભાવને. ૨૬

આસક્ત નહીં જે ક્યાંય, મળ્યે કાંઈ શુભાશુભ,
ન કરે હર્ષ કે દ્વેષ, તેની પ્રજ્ઞા થઈ સ્થિર. ૨૭

કામોના ઉપભોગથી કામો ન શમતા કદી,
અગ્નિમાં ઘૃત હોમ્યેથી પ્રજવળે તે અતિ ઘણો. ૨૮

વિનિગ્રહ-બળે બાહ્ય ત્યજે વિષય સાધક,
ટકેલો ભીતરી સ્વાદ સુકાયે આત્મદર્શને. ૨૯

વિષયો વાગોળ્યાથી લાગે છે સંગ તેહનો,
સંગથી જન્મતો કામ, કામથી ક્રોધ નીપજે. ૩૦

ક્રોધમાં મોહનાં મૂળ, મોહથી સ્મૃતિ-લોપ છે,
સ્મૃતિ-લોપે બુદ્ધિનાશ, બુદ્ધિનાશે વિનાશ છે. ૩૧

અયોગીને નથી બુદ્ધિ, અયોગીને ન ભાવના,
ભાવના વિણુ શાંતિ ના, વિના શાંતિ સુખેય ક્યાં ? ૩૨

વર્તતી ઇન્દ્રિયો સ્વૈર, તે પૂંઠે મન દોડતું,
તેથી નાવ સમી પ્રજ્ઞા ખેંચાયે વાયુથી જલે. ૩૩

કહી છે ઇન્દ્રિયો સૂક્ષ્મ, શ્રેષ્ઠ ઇન્દ્રિયથી મન,
મનથી બુદ્ધિ છે શ્રેષ્ઠ, બુદ્ધિથી પર તે પ્રભુ. ૩૪

એવા તે પ્રભુને જાણી, નિગ્રહી આપ આપથી,
પડી પૂંઠે તું સંહાર દુઃસાધ્ય કામ-શત્રુને. ૩૫

આપને તારવો આપે, આપને ન ડુબાડવો,
આપ જ આપનો બંધુ, આપ જ શત્રુ આપનો. ૩૬

જીતે જે આપને આપ આત્મા તે આત્મનો સખા,
આત્મા જેણે નથી જીત્યો વર્તે આત્મા જ શત્રુશો. ૩૭

તેથી તું ઇન્દ્રિયોને સૌ કાબૂમાં આણીને પ્રથમ
જ્ઞાન-વિજ્ઞાન-નાશી એ પાપી ગુણને પરિહર. ૩૮

° ° °

૩. શ્રેય–યોગ

ગીતાના યોગને પિછાન — હે સાધક
યોગ એ શ્રેયની કસરતનું રૂપ છે
આત્મહિત જોવું એ લક્ષણ છે શ્રેયનું
ચિત્તને તું શ્રેયમાં ચોટાડ — હે સાધક

પ્રેય-વૃત્તિ જીવને ગુણમય બનાવે
શ્રેય-વૃત્તિ જીવને આત્મમય બનાવે
શ્રેય-યોગે આત્મમય તું થા — હે સાધક

જીવનમાં શ્રેયના મૂલ્યને ઠસાવ તું
જે કાંઈ કરે યા તપ કરે કે દાન તું
શ્રેયના પલ્લામાં બધું ઢાળ — હે સાધક

આત્મજ્ઞાન પામવાનું સાધન શ્રેય છે
શ્રેયની સાધના સિદ્ધ થતી જાય તેમ
આત્માનું પોત છતું થાય — હે સાધક

પ્રકૃતિ પુરુષને અનુસરે સદાયે
પુરુષની યોજનાને અમલી બનાવે
શ્રેય-યોગે પુરુષને જ સાધ — હે સાધક

પ્રેય ને શ્રેયનો સંઘર્ષ અનિવાર્ય છે
અર્જુનને એ જ સંઘર્ષે ગભરાવ્યો
યુદ્ધ છે ગીતાનો આદેશ — હે સાધક

મીરાં સોક્રેટિસને ઝેર પવાયાં
ઈશુને લોકોએ શૂળીએ ચઢાવ્યા
શ્રેયાર્થીનો બલિદાન ધર્મ — હે સાધક

ધર્મસંસ્થાપન છે શ્રેયમૂલ્ય-સ્થાપના
ભરતે માતાને એ જ માટે ત્યજી'તી
શ્રેયમૂલ્ય માટે તું લડ — હે સાધક

જગ વિકાસ સાથ શ્રેયમૂલ્યો ફરે છે
અંતરના નાદને પ્રમાણ તું ગણજે
એ જ સત્ય-શોધનનો માર્ગ — હે સાધક

o o o

ગુણોત્કર્ષના કર્મયોગનો આપણે વિચાર કર્યો. હવે જ્ઞાનની ઉપાસનાનો વિચાર કરીએ. કર્મયોગ એ જીવાત્માની પ્રકૃતિની સાધના છે. પુરુષ જ્ઞાનમય છે તેથી તેને પામવા જ્ઞાનયોગ–જ્ઞાનોપાસના જરૂરી છે.

आरुरुक्षोर् मुनेर् योगं कर्म कारणम् उच्यते ।
योगारूढस्य तस्यैव शमः कारणम् उच्यते ।

आरुरुक्षोः मुनेः–જીવાત્મા માટે

યોગારૂઢ–આત્માવસ્થા

આત્મજ્ઞાન કેવી રીતે પામવું ? જ્ઞાન એકદમ પ્રાપ્ત થતું નથી. तत् स्वयं योगसंसिद्धः कालेन आत्मनि विंदति । આત્મા હૃદયની અંદર છે, બહાર નથી. તો અંદરની વસ્તુ બહારથી કેવી રીતે પામી શકાય ?

સર્વ–નિવાસી સદા અલેપા તોહિ સંગ સમાઈ
કાહે રે ! બન ખોજન જાઈ.

સ્વયં સાધનાદ્વારા યોગની સંસિદ્ધિ થશે તેમ તેમ અંશતઃ આત્મજ્ઞાન પ્રાપ્ત થતું જશે.

યોગની સંસિદ્ધિ એટલે શું ? ગીતાનું પ્રસ્થાન પ્રકૃતિથી પુરુષ તરફનું છે. જ્ઞાન એ પુરુષની જ અભિવ્યક્તિ છે. માટે પુરુષનું શ્રેય શેમાં છે એને ઓળખવું તે એનો અમલ કરવો એ યોગ છે. જેટલા પ્રમાણમાં

અમલ થશે તેટલી સંસિદ્ધિ પ્રાપ્ત થશે ને તેટલું જ્ઞાન મળશે.

श्रेयश्च प्रेयश्च मनुष्यम् एतः
तौ संपरीत्य विविनक्ति धीरः ।
श्रेयो हि धीरोऽभिप्रेयसो वृणीते
प्रेयो मंदो योगक्षेमाद् वृणीते ॥

—कठोपनिषद्

શ્રેય (આત્માનું કલ્યાણ) અને પ્રેય (પ્રકૃતિનું લૌકિક સુખ) બન્ને મનુષ્યની સામે આવીને ઊભાં રહે છે. બુદ્ધિશાળી વ્યક્તિ બન્નેની ઉચિત પરીક્ષા કરીને વિવેકથી બેમાંથી એકની પસંદગી કરે છે. ધૈર્યવાન પુરુષ પ્રેય કરતાં શ્રેયને જ પસંદ કરે છે. મૂર્ખ આદમી દુન્યવી લાભ–રક્ષાના સાધનરૂપ પ્રેયને અપનાવે છે.

या निशा सर्वभूतानाम् तस्यां जागर्ति संयमी ।
यस्यां जाग्रति भूतानि सा निशा पश्यतो मुनेः ॥

નિશા જે સર્વ ભૂતોની તેમાં જાગ્રત સંયમી
જાગે ભૂતો બધાં ત્યારે જ્ઞાની યોગી તણી નિશા.
શ્રેયાર્થીને આત્મજાગૃતિમાં રસ પડે છે
પ્રેયાર્થીને સુખોપભોગમાં રસ પડે છે.

મોરી લાગી લટક ગુરુ–ચરનનકી.
ચરન બિના મુઝે કછુ નહીં ભાવે,
જૂઠ માયા સબ સપનનકી.

ભવસાગર સબ સૂખ ગયા હૈ.
ફિકર નહીં મુઝે તરનનકી.
મીરાં કહે પ્રભુ ગિરિધર નાગર !
ઊલટ ભઈ મોરે નયનનકી.

ગીતા વેદોને પ્રકૃતિ–પ્રધાન પ્રેયના ધ્યેયથી પોતાના આત્મ–પ્રધાન ધ્યેયને જુદું તારવે છે અને અર્જુનને–દરેક સાધકને–શ્રેયનું ધ્યેય અપનાવવાની પ્રેરણા આપે છે તથા શ્રેય–સાધના માટે માર્ગદર્શન આપે છે.

વેદોનું ધ્યેય	ગીતાનું ધ્યેય
(૧) देवान् देवयजो यान्ति	मद्भक्ता यान्ति मामपि
(૨) પ્રકૃતિ–પ્રધાન	આત્મ–પ્રધાન
(૩) પ્રેય=સુખ–સ્વર્ગ	શ્રેય=જીવનો શિવ થવું
(૪) ઉપભોગ	અર્પણ
(૫) त्रैगुण्य=सत्त्व–रजस्–तमस्	निस्त्रैगुण्य → स्वभाव → मद्भाव transformation of nature.

અર્પણ= dedication, directing every thought and action towards the one goal of becoming Shiva

પ્રકૃતિ-પ્રધાન વ્યક્તિ	આત્મ-પ્રધાન વ્યક્તિ
(૧) ego-pronounced	आत्मवत् सर्वभूतेषु यः पश्यति स पश्यति ।
(२) अन्नमय-प्राणमय पुरुष physical-vital man जीव involved.	मनोमय पुरुष mental man detached आत्मा
(૩) અશક્તિ → અલ્પસંતેાષ	અંતર્મુખતા → તાલાવેલી
(४) अयं निजः परो वेति गणना लघुचेतसाम् ।	उदारचरितानाम् तु वसुधैव कुटुम्बकम् ।
(૫) સંકુચિતતા, ધર્માંધતા, નાસ્તિકતા	एकं सत् विप्रा बहुधा वदन्ति । આસ્તિકતા, ગુણદર્શન
(६) पुण्यस्य फलम् इच्छन्ति पुण्यं नेच्छन्ति मानवाः ।	transformation of प्रकृति through कुंडलिनी जागृतिः
(૭) short-cuts	surplus energy

વેદવાદ

त्रैविद्या मां सोमपाः पूतपापाः
यज्ञैर् इष्ट्वा स्वर्गतिं प्रार्थयन्ते ।
ते पुण्यम् आसाद्य सुरेन्द्रलोकम्
अश्नन्ति दिव्यान् दिवि देवभोगान् ॥ ३९ (९-२०)

ते तं भुक्त्वा स्वर्गलोकं विशालम्
क्षीणे पुण्ये मर्त्यलोकं विशन्ति ।
एवं त्रयीधर्मम् अनुप्रपन्नाः
गतागतं कामकामा लभन्ते ॥ ४० (९-२१)

देवान् भावयतानेन ते देवा भावयन्तु वः ।
परस्परं भावयन्तः श्रेयः परम् अवाप्स्यथ ॥ ४१ (३-११)

याम् इमां पुष्पितां वाचम् प्रवदन्त्यविपश्चितः ।
वेदवादरताः पार्थ ! नान्यद् अस्तीति वादिनः ॥ ४२ (२-४२)

कामात्मानः स्वर्गपरा जन्मकर्मफलप्रदाम् ।
क्रियाविशेषबहुलाम् भोगैश्वर्यगतिं प्रति ॥ ४३ (२-४३)

भोगैश्वर्यप्रसक्तानाम् तयाऽपहृतचेतसाम् ।
व्यवसायात्मिका बुद्धिः समाधौ न विधीयते ॥ ४४ (२-४४)

त्रैगुण्यविषया वेदा निस्त्रैगुण्यो भवार्जुन ! ।
निर्द्वन्द्वो नित्यसत्त्वस्थो निर्योगक्षेम आत्मवान् ॥ ४५ (२-४५)

ગીતાની પ્રેરણા

यदा ते मोहकलिलम् बुद्धिर् व्यतितरिष्यति ।
तदा गन्तासि निर्वेदम् श्रोतव्यस्य श्रुतस्य च ॥ ४६(२-५२)

श्रुतिविप्रतिपन्ना ते यदा स्थास्यति निश्चला ।
समाधावचला बुद्धिस् तदा योगम् अवाप्स्यसि ॥ ४७ (२-५३)

यावान् अर्थ उदपाने सर्वतः सम्प्लुतोदके ।
तावान् सर्वेषु वेदेषु ब्राह्मणस्य विजानतः ॥ ४८(२-४६)

अनन्याश्च चिन्तयन्तो माम् ये जनाः पर्युपासते ।
तेषां नित्याभियुक्तानाम् योगक्षेमम् वहाम्यहम् ॥ ४९(९-२२)

पत्रं पुष्पं फलं तोयं यो मे भक्त्या प्रयच्छति ।
तद् अहं भक्त्युपहृतम् अश्नामि प्रयतात्मनः ॥ ५०(९-२६)

यत्करोषि यदश्नासि यज् जुहोषि ददासि यत् ।
यत् तपस्यसि कौन्तेय ! तत्कुरुष्व मदर्पणम् ॥ ५१(९-२७)

અર્જુનની મૂઝવણ

योऽयं योगस् त्वया प्रोक्तः साम्येन मधुसूदन ! ।
तस्याहं न पश्यामि चञ्चलत्वात् स्थितिं स्थिराम् ॥ ५२(६-३३)

चञ्चलं हि मनः कृष्ण प्रमाथि बलवद् दृढम् ।
तस्याऽहम् निग्रहं मन्ये वायोर् इव सुदुष्करम् ॥ ५३(६-३४)

अयतिः श्रद्धयोपेतो योगात् चलितमानसः ।
अप्राप्य योगसंसिद्धिम् कां गतिं कृष्ण ! गच्छति ॥ ५४(६-३७)

कच्चिन्नोभयविभ्रष्टश्च छिन्नाभ्रमिव नश्यति ।
अप्रतिष्ठो महाबाहो ! विमूढो ब्रह्मणः पथि ॥ ५५(६-३८)

શ્રીકૃષ્ણનું સાંત્વન

असंशयं महाबाहो ! मनो दुर्निग्रहं चलम् ।
अभ्यासेन तु कौन्तेय ! वैराग्येण च गृह्यते ॥ ५६(६–३५)

असंयतात्मना योगो दुष्प्राप इति मे मतिः ।
वश्यात्मना तु यतता शक्योऽवाप्तुम् उपायतः ॥ ५७(६–३६)

पार्थ ! नैवेह नामुत्र विनाशस् तस्य विद्यते ।
न हि कल्याणकृत् कश्चिद् दुर्गतिं तात ! गच्छति ॥ ५८(६–४०)

पूर्वाभ्यासेन तेनैव ह्रियते ह्यवशोऽपि सः ।
जिज्ञासुरपि योगस्य शब्दब्रह्मातिवर्तते ॥ ५९(६–४४)

नेहाभिक्रमनाशोऽस्ति प्रत्यवायो न विद्यते ।
स्वल्पम् अप्यस्य धर्मस्य त्रायते महतो भयात् ॥ ६०(२–४०)

प्रयत्नाद् यतमानस्तु योगी संशुद्धकिल्बिषः ।
अनेकजन्मसंसिद्धस् ततो याति परां गतिम् ॥ ६१(६–४५)

વેદવાદ

વેદાભ્યાસી સોમ-પાને પુનિત
મારા યજ્ઞે વાંછતા સ્વર્ગ-લાભ
તે પુણ્યથી પામતા ઇંદ્રલોક
ત્યાંના પછી ભોગવે દિવ્ય ભોગ. ૩૯

ત્યાં સ્વર્ગને ભોગવી બહોળું તેઓ
ક્ષીણે પુણ્યે આવતા મર્ત્ય-લોકે
સકામ તે વૈદિક કર્મમાર્ગી
આ રીત ફેરા ભવના ફરે છે. ૪૦

દેવોને રીઝવો આમ, રીઝવો તમને ય તે
અન્યોન્ન રીઝવી એમ પામો પરમ શ્રેયને. ૪૧

અવિવેકી વૃથા વાણી બોલી શબ્દ સજાવતા
શાસ્ત્રોના વાદ માંડીને કહે; "અન્ય કશું નથી." ૪૨

જન્મીને આચરો કર્મો મેળવો ભોગ-વૈભવ
ભોગો, કર્મફળો મીઠાં, કહે છે સ્વર્ગ-કામુક. ૪૩

તેથી બુદ્ધિ પડી ભૂલી ગુંથાઈ ભોગ-વૈભવે,
નિશ્ચયી બુદ્ધિ ના થાતાં સમાધિ સ્થિર થાય ના. ૪૪

ત્રિગુણાત્મક વેદોનું ક્ષેત્ર તેથી અલિપ્ત થા,
નિશ્ચિંત યોગ-ક્ષેમે થા, સત્ત્વભાવે થઈ સ્થિર. ૪૫

ગીતાની પ્રેરણા

મોહનો પંક આ જ્યારે બુદ્ધિ તારી વટાવશે
સૂણ્યું કે સૂણશે જે જે તેને તું જીરવી જશે. ૪૬

અતિ સૂણી ગુંચાયેલી, બુદ્ધિ તારી થશે સ્થિર,
થશે લીન સમાધિમાં ત્યારે તું યોગ પામશે. ૪૭

નીર ભરેલ સર્વત્ર કૂવાનો ખપ જેટલો
વિજ્ઞાની બ્રહ્મ-વેત્તાને વેદોનો ખપ તેટલો. ૪૮

અનન્ય ચિત્તથી જેઓ કરે મારી ઉપાસના
તે સદા-યુકત ભક્તોનો ચલાવું યોગ-ક્ષેમ હું. ૪૯

પત્ર કે પુષ્પ જે પ્રેમે ફળ કે જળ દે મને
ભક્તિએ અર્પાયેલું આરોગું યત્નવાનનું. ૫૦

જે કરે, ભોગવે વા જે, જે હોમે, દાન જે કરે,
આચરે તપને વા જે, સર્વ અર્પણ કર મને. ૫૧

અર્જુનની મૂંઝવણ

સમત્વબુદ્ધિનો યોગ તમે આ જે કહ્યો મને
દેખું ના સ્થિરતા તેની મન ચંચળ છે અતિ. ૫૨

મન ચંચળ આ કૃષ્ણ જિદ્દી ને પજવે બહુ
ધસે વાયુ પ્રમાણે તે તેનો નિગ્રહ દુષ્કર. ૫૩

શ્રદ્ધા હોય છતાં યત્ન ખૂટતાં યોગ ભ્રષ્ટ થૈ
ચૂકે જે યોગ-સિદ્ધિને તેની કેવી થતી ગતિ? ૫૪

શું તે ઉભયથી ભ્રષ્ટ ભટકયો બ્રહ્મ-માર્ગમાં
નાશ પામે નિરાધાર વિખરી વાદળી સમો. ૫૫

શ્રીકૃષ્ણનું સાંત્વન

મન ચંચળ છે સાચે, રોકવું કપરું ઘણું,
કિંતુ અભ્યાસ-વૈરાગ્યે તેનો સંયમ થૈ શકે. ૫૬

વિના સંયમ આ યોગ સાધ્ય ના થાય એ ખરું,
કિંતુ સંયમવાળાને પ્રયત્ને સાધ્ય થાય છે. ૫૭

ન આ લોકે ન તે લોકે નાશ તે પામતો કદી
કલ્યાણમાર્ગનો યાત્રી દુર્ગતિ પામતો નથી. ૫૮

પુણ્યલોકે રહી લાંબુ છેવટે યોગભ્રષ્ટ તે
પવિત્ર સાધનવાળાને ઘેર જન્મ ધરે ખરે. ૫૯

વણસે કદી ન આરંભ વિઘ્ન કોઈ નડે નહિ,
આચર્યે ધર્મ આ સ્વલ્પ બચાવે ભય ઘોરથી. ૬૦

ખંતથી કરતો યત્ન દોષોથી મુકત તે થઈ,
અનેક જન્મે થઈ સિદ્ધ યોગી પામે પરં ગતિ. ૬૧

यत् श्रेयः स्यात् निश्चितं ब्रूहि तन्मे ।

મારું શ્રેય શેમાં છે તે કૃપા કરીને નિશ્ચિત કહો. કૃષ્ણ કહે છે શ્રેય અને પ્રેયના સંઘર્ષને સ્વીકારીને જ ચાલવાનું છે. પુરુષ સામે પ્રકૃતિ બંડ પોકારે છે, પોતાનો કબજો હોવાનો દાવો રજૂ કરે છે. પણ પુરુષ અને પ્રકૃતિનો સંબંધ જાણવો જોઈએ. પ્રકૃતિનું કામ પુરુષની સેવા

કરવાનું છે. પ્રકૃતિ પુરુષને અનુસરે છે. પરમાત્માની મદ્ભાવ ની પરા-પ્રકૃતિ પરમાત્માની મરજી વિરુદ્ધ વર્તવાની છે ? આત્માનો સ્વભાવ આત્માની વિરુદ્ધ જશે ? માત્ર જીવની ગુણાત્મક પ્રકૃતિ જ વિફરેલી હોય છે ને માટે જ જીવને પ્રકૃતિથી ઉપર ઉઠાવવાનો હોય છે. ગીતા કહે છે, પ્રકૃતિ પર મદાર બાંધવા કરતાં પુરુષ પર બધો મદાર બાંધો. પુરુષ-આત્મા જાગૃત થશે તો પ્રકૃતિ સીધી ચાલશે. માટે પુરુષને જ સાધો; એ જ જ્ઞાનોપાસના.

હવે, શ્રેયનાં મૂલ્યો ક્યાં ક્યાં છે એની ખબર શી પડે ? એ જ સંશોધનની વસ્તુ છે, એ જ જ્ઞાનોપાસના છે. ધર્મ કોઈ સ્થિર તત્ત્વ નથી. જગતના વિકાસની સાથે ધર્મનું સ્વરૂપ વિકસતું રહે છે. તેથી શ્રેયનાં મૂલ્યો પણ દરેક જમાનામાં જુદાં જુદાં ઊભાં થાય છે. ભગવાને ઘડેલા ઉત્ક્રાન્તિના સિદ્ધાંતનો અમલ થયા જ કરે છે. અવતાર-પંરપરા આ જ વસ્તુનો ઇશારો કરે છે. ઉત્ક્રાન્તિની સાથે સાથે higher consciousness જાગ્યા કરે છે. અવતારો એ આ evolving concepts નાં reflections જ હોય છે. આ નવા નવા વિચારો ગ્રહણ કરવાના હોય છે, સતત જ્ઞાનોપાસના કરીને નવાં નવાં મૂલ્યો ખોળવાનાં હોય છે.

એક દાખલો લઈએ. ગીતાના સમય કરતાં વિજ્ઞાને આજે એક નવી dimension ઊભી કરી છે, નવાં મૂલ્યો ઊભાં કર્યાં છે. रस्याः स्निग्धाः ને ગીતાએ સાત્ત્વિક આહારો

કહ્યા છે. આજે આહારશાસ્રીઓને પૂછો તો low fat ની સલાહ આપે છે. ઉપરાંત કેલરીની મર્યાદા સાચવવા સૂચવે છે. ગીતા यातयामम આહારને તામસિક ગણાવે છે. આજે તો આપણે freezer માં મૂકેલો આહાર લઈએ છીએ. तीक्ष्ण-रुक्ष-विदाहिनः આહારને ગીતાએ રાજસિક આહાર ગણાવ્યો. આજે લોહીના દબાણ માટે લસણ લેવાની સલાહ મળે છે. આમ જગતનો વિકાસ થયા કરે છે ને મૂલ્યો બદલાયા કરે છે. તેથી multidimensional research કર્યા જ કરવું પડે છે. શ્રેયની કસોટીએ મૂલ્યોનું સંશોધન કર્યા જ કરવું રહ્યું. માટે જ कालेन आत्मनि विंदति ।

ઘોડા અડા ક્યોં ? ફેરે બિના,
પાન સડા ક્યોં ? ફેરે બિના,
વિદ્યા ભૂલી ક્યોં ? ફેરે બિના.

દરેક વસ્તુને, વિચારને turn ન કરો, ઉલટાવો સુલટાવો નહિ તો સડે. સ્થગિત બુદ્ધિથી કામ ન ચાલે. જ્ઞાનની ઉપાસના સતત કર્યા જ કરવી રહી. ગીતા પાસે મૂલ્યોનો નિશ્ચિત ભંડાર નથી. ગીતા તો કહે છે ममैवांशःનું ભગવાને આપણામાં તત્ત્વ મૂક્યું છે એને વિકસાવો. જીવની સાધના થતાં અંશ પૂર્ણ બનશે, નરનો નારાયણ બનશે.

रात्रंदिन आम्हां युद्धाचा प्रसंग ।
आंतर् बाह्य जग आणि मन ।– तुकाराम

પ્રેય અને શ્રેય ના ઝઘડા માણસને પોતાના મન સાથે અને દુનિયા સાથે સતત ચાલ્યા જ કરે છે. દુનિયા પણ શ્રેયને પસંદ કરતી નથી. તે પ્રેયની ભૂમિકા પર ચાલે છે. કેટલી વિભૂતિઓને સમાજે મારી નાખી છે ! સોક્રેટિસને ઝેર પાવામાં આવ્યું, મીરાંને પણ ઝેર પવાયું. નરસિંહ મહેતાને જ્ઞાતિ બહાર મૂકયા. કુરેશીઓએ મહમદને પજવ્યો. ઈશુને ક્રોસ પર ચઢાવ્યા. ગાંધીજીને ગોળીએ વીંધ્યા !

What are these phenomena ? It is the martyrdom of men. શ્રેયાર્થીઓનાં બલિદાન અનિવાર્ય હોય છે. વિભૂતિઓ શ્રેય માટે મથી, તેથી સમાજનાં પ્રેય ઘવાતાં હતાં. સમાજ જુનવાણી હોય છે, મૂલ્યોની ક્રાંતિ સહન નથી કરી શકતો. એમના વ્યવહારોમાં અડચણો ઊભી થાય તે સહન કરે ? બ્રાહ્મણો એ પોતાનાં સ્થાપિત હિતો ઊભાં કર્યાં, વિધિઓ–દક્ષિણાનું જોર વધારી મૂકયું. એટલેથી પેટ ન ભરાતાં રાજાઓ પાસે યજ્ઞો કરાવ્યા ને પશુબલિ તથા દક્ષિણાના પ્રમાણમાં યજ્ઞોનું મહત્ત્વ વધારી મૂકયું, વિધિઓ–યજ્ઞો કરવાનો પોતાનો એકાધિકાર સ્થાપ્યો ને એ બધું ધર્મના નામે ! બુદ્ધથી એ સહન ન થયું, એમણે ઘોર વિરોધ કર્યો. બ્રાહ્મણોએ બુદ્ધને નાસ્તિક કહીને ઉતારી પાડયા !

यदा यदा हि धर्मस्य ग्लानिर् भवति भारत ।
अभ्युत्थानम् अधर्मस्य तदात्मानं सृजाम्यहम् ॥

परित्राणाय साधूनाम् विनाशाय च दुष्कृताम् ।
धर्मसंस्थापनार्थाय सम्भवामि युगे युगे ॥

धर्मग्लानि-अधर्मस्य अभ्युत्थानम्= શ્રેયનાં મૂલ્યો પડી જાય ને પ્રેયનાં મૂલ્યો સ્થાપિત થાય; પુરુષને બાજુએ મૂકી પ્રકૃતિને deify કરવામાં આવે.

धर्मसंस्थापन-શ્રેયનાં મૂલ્યોની સ્થાપના.

આવું ધર્મસંસ્થાપન વારે ઘડીએ શું કામ કરવું પડે છે? દરેક જમાનામાં સ્થાપિત હિતોના એજન્ટો ઊભા થાય છે. એજન્ટો પ્રેયને શ્રેય તરીકે ગણાવે છે ને લોકોને ભ્રમમાં નાખે છે—ખોટાં મૂલ્યોને ખરાં માનીને ચાલવું એ જ ભ્રમ છે. ગીતા આ ભ્રમને महत् भय ગણાવે છે. આ ભ્રમનું નિરસન કરવું, શ્રેયનાં અવમૂલ્યન થયેલાં મૂલ્યોને પુનઃ સ્થાપિત કરવાં એ જ ધર્મસંસ્થાપન છે.

આજે સમાજમાં જોઈએ તો નીતિનું ધોરણ કેટલું નીચું ઊતરેલું હોય છે? જાહેર મત નીચલી કક્ષાએ પહોંચ્યો છે. દરેક સાધકે હર પ્રસંગે નૈતિક અવાજ ઉઠાવીને જાહેર મત-જાહેર મૂલ્યોને ઊંચાં ઉઠાવવાનું ધર્મ-સંસ્થાપન કરવાનું છે. ભગવાન પોતાની કક્ષાએ ઉત્ક્રાન્તિના ઉદ્દેશને આગળ ધપાવવા વિભૂતિઓ મારફત ધર્મસંસ્થાપન

કરાવ્યા કરે છે. સાધકે પોતાના ગજા પ્રમાણે ધર્મસંસ્થાપનમાં પોતાનો ફાળો આપવાનો છે.

શ્રેયનાં મૂલ્યો ઠરાવવાની કસોટી આચાર્યોએ બતાવી છે.

मनु–

विद्वद्‌भिः सेवितः सद्‌भिः नित्यमद्वेषरागिभिः ।
हृदयेनाभ्यनुज्ञातः यो धर्मस्‌ तं निबोधत ॥

રાગદ્વેષ રહિત સચ્ચરિત્ર વિદ્વાનોએ સેવ્યો હોય અને પોતાના હૃદયને–અંતરાત્માને પસંદ પડે તે ધર્મ.

कालिदास–

सतां हि सन्देहपदेषु वस्तुषु प्रमाणम् अन्तःकरणप्रवृत्तयः ।

સંદેહ પડતાં પોતાના અંતરના અવાજને જ પ્રમાણ ગણો.

बुद्ध–

'હે લોકો, લોકવાયકાને માનીને ચાલશો નહિ, પુરાણી, પ્રથા છે એમ માનીને ચાલશો નહિ, શાસ્ત્રગ્રંથોમાં લખ્યું છે એટલા જ માટે તેનો સ્વીકાર કરશો નહિ, એ વાત તમારી માન્યતાને મળતી આવે છે માટે જ તેને માનશો નહિ, તમારા ગુરુએ કહી છે માટે જ તેને માનશો નહિ. તમે તમારી પ્રજ્ઞા પર જ આધાર રાખો. आत्मदीपो भव ।

ઈશુ ખ્રિસ્ત કહે છે Follow your conscience.

આમ દરેક આચાર્યે અંતરના અવાજને મહત્ત્વ આપ્યું છે. સાધકનું conscience જેટલું જાગૃત થશે તેટલેા જ તે શ્રેય સાધક બનશે. આમ શ્રેયની પસંદગી એ આત્મજ્ઞાનનેા માર્ગ છે. પ્રકૃતિ સાધકને પ્રેયમાં ફસાવે છે-બહુ બહુ તેા સાત્ત્વિક પ્રેયમાં ફસાવે, પણ છેવટે જીવને પ્રકૃતિ સાથે જ જોડી રાખે, જ્યારે શ્રેય આત્મા સાથે જોડી આપે છે. દરેકે પેાતાને પૂછવું જોઈએ કે હું જે કરું છું તે મારા અંતરના અવાજને અનુકૂળ છે ને ?

આમ ગીતાનેા યેાગ એટલે શ્રેય-સાધના યેાગ. જેમ જેમ શ્રેયની સાધના વધતી જશે તેમ તેમ તમારું conscience શ્રેયને attuned-વરેલું બનશે. આ જ યેાગ-સંસિદ્ધિ. વિભૂતિએાનું conscience સંસિદ્ધ થયેલું હેાય છે. આ જ પાયાની વસ્તુ છે. માટે follow your conscience-પેાતાના જાગૃત અંતરાત્માને અનુસરેા. એ જ જ્ઞાનેાપાસના.

देहिनोऽस्मिन् यथा देहे कौमारं यौवनं जरा ।
तथा देहान्तरप्राप्तिर् धीरस् तत्र न मुह्यति ॥ ६२ (२-१३)

मात्रास्पर्शास्तु कौन्तेय ! शीतोष्णसुखदुःखदाः ।
आगमापायिनोऽनित्यास् तांस् तितिक्षस्व भारत ! ॥ ६३ (२-१४)

यं हि न व्यथयन्त्येते पुरुषं पुरुषर्षभ ! ।
समदुःखसुखं धीरम् सोऽमृतत्वाय कल्पते ॥ ६४ (२-१५)

न जायते म्रियते वा कदाचित्
नायं भूत्वा भविता वा न भूयः ।
अजो नित्यः शाश्वतोऽयं पुराणो
न हन्यते हन्यमाने शरीरे ॥ ६५(२–२०)

वासांसि जीर्णानि यथा विहाय
नवानि गृह्णाति नरोऽपराणि ।
तथा शरीराणि विहाय जीर्णा-
न्यन्यानि संयाति नवानि देही ॥ ६६(२–२२)

योऽन्तःसुखोऽन्तरारामस् तथाऽन्तर् ज्योतिरेव यः ।
स योगी ब्रह्मनिर्वाणम् ब्रह्मभूतोऽधिगच्छति ॥ ६७(५–२४)

न हि ज्ञानेन सदृशम् पवित्रम् इह विद्यते ।
तत् स्वयं योगसंसिद्धः कालेनात्मनि विन्दति ॥ ६८(४–३८)

० ० ०

આ દેહે બાલ્ય, તારુણ્ય વા જરા જેમ આવતાં;
મળે તેમ નવા દેહ, તેમાં ધીર મુંઝાય ના. ૬૨

સ્પર્શાદિ વિષયો જાણ શીતોષ્ણ સુખદુઃખદા,
અનિત્ય, જાય ને આવે, તેને, અર્જુન લે સહી. ૬૩

તે પીડી ન શકે જેને, સમ જે સુખદુઃખમાં,
તે ધીર માનવી થાય પામવા યોગ્ય મોક્ષને. ૬૪

ન જન્મ પામે, ન કદાપિ મૃત્યુ,
ન્હોતો ન પહેલાં ન હશે ન આગે,
આવ્યો ન જાતો સ્થિર આ પુરાણ,
કાયા હણ્યે આત્મ નથી હણાતો. ૬૫

ત્યજી દઈ જર્જર જીર્ણ વસ્ત્ર,
મનુષ્ય બીજાં ધરતો નવીન;
તે પેર છાંડી શરીરો પુરાણાં.

આત્મા નવાં અન્ય શરીર ધારે. ૬૭

પ્રકાશ, સુખ ને શાન્તિ જેને અંતરમાં મળ્યાં,
થયેલો બ્રહ્મ તે યોગી બ્રહ્મનિર્વાણ પામતો ૬૮

ન જ્ઞાન સરખું હોય પવિત્ર કંઈ આ જગે
તે તને યોગ-સંસિદ્ધિ થતાં કાળે મહીં મળે. ૬૯



૪. શરણયોગ

ગીતા ભક્તોના ચાર પ્રકાર ગણે છે,
આર્ત, અર્થાર્થી ને જિજ્ઞાસુ, જ્ઞાની;
ચારેયની શક્તિઓ ને માંગો જુદી છે
ભક્તિ ભક્તિમાં તેથી ફેર પડે છે.

આર્ત છે તામસિક અજ્ઞાની આળસુ,
આજીવિકાના તેને સાંસા પડે છે,
અનાયાસે મેળવવા ફાંફાં મારે છે,
દીનભાવે ભગવાનને યાચના કરે છે.

અર્થાર્થી પુરુષાર્થી રાજસિક બને છે
શક્તિને ભોગોમાં ખર્ચી નાખે છે,
ભોગો અર્થાર્થીનું લક્ષ્ય બને છે,
ભગવાન પાસે પણ ભોગો માગે છે.

આર્ત, અર્થાર્થી એ પાર્થિવ જીવો છે
તમસ્ ને રજસ્‌ને ચાલુ રાખીને,
માંગોની પૂર્તિ અર્થે ભીખ માગે છે,
ભીખ એ ભક્તિ નથી, સ્વાર્થ-સ્વરૂપ છે.

ભક્તિ શરૂ થાય છે જિજ્ઞાસા–યોગથી,
એમાં તો માંગ છે જીવની જાગૃતિની,
ભગવાન એ ભક્તિને માન્ય કરે છે,
ભક્તોની અર્પણની ભાવના ઝીલે છે.

એવા ભક્તોની પ્રભુ વહારે ધાયે છે.
તૃષ્ણા મારીને કુંડલિની જગાડી,
યોગક્ષેમ–ચિંતાને હળવી બનાવી,
સાધના–પથ ભક્તોનો હળવો કરે છે.

જ્ઞાની–ભક્તને પ્રભુ સ્વ આત્મા ગણે છે,
જ્ઞાનીનો હુંભાવ નષ્ટ થયો હોય છે,
ને બન્ને ઇચ્છાઓનું મિલન થવાથી
જ્ઞાની–ભક્ત નિમિત્ત થઈને વર્તે છે,

અર્પણ એ ભક્તિની અંતિમ સીમા છે,
દિવ્ય–જીવનની એ નિશાની બને છે,
"શિવોઽહ" ભાન પ્રસ્થાપિત કરે છે
એથી જ ભક્તિનો મહિમા ગવાય છે.

સંતોનો અનુભવ સાક્ષી પૂરે છે,
અર્પણના બળ કે વિઘ્નનાશ માટે
ભક્તો હૃદયથી પોકાર કરે તો
ભગવાન નિશ્ચિત સહાય કરે છે.

—x—

653

આપણી ભક્તિની ભાવના પર બે વિચારધારાઓનો પ્રભાવ પડયો છે. એક હિન્દુ ધર્મમાં અનેક પરંપરાઓના થયેલા સમન્વયનો પ્રભાવ; બીજો શંકરાચાર્યના ब्रह्म सत्यम् जगत् मिथ्या ના તત્ત્વજ્ઞાનનો પ્રભાવ.

ઇસ્લામ, ખ્રિસ્તી ધર્મ, જરથોસ્ત ધર્મ, બૌદ્ધ, જૈન આદિ ધર્મો એક એક ધર્મસંસ્થાપકે વિકસાવેલા ધર્મો છે, જ્યારે હિંદુ ધર્મનું અનેક વિભૂતિઓએ સંકલન કર્યું છે ને તેમાં અનેક પરંપરાઓનો સમન્વય થયો છે. હિંદુ ધર્મમાં જેવો સમન્વય થયો છે એવો બીજા કોઈ ધર્મમાં થયો નથી. બીજા ધર્મો જ્યારે સરોવરરૂપ છે ત્યારે હિંદુ ધર્મ સમુદ્રરૂપ છે. બધી જાતની પ્રકૃતિઓના લોકોને સાથે લઈને, બધાને પ્રગતિની તકો આપીને, ક્રમેક્રમે ઉન્નતિ કરવાની સગવડો આપીને બધાનો સમાવેશ હિંદુધર્મમાં કરવામાં આવ્યો છે. અનાર્ય પરંપરાના ત્રણ અંશો હિંદુ ધર્મના સંસ્થાપકો સામે હતા:

૧. અનેક દેવ–દેવીઓની પૂજા

૨. પૂજામાં પશુ–બલિદાન (માંસભક્ષણ) તથા સોમ-રસપાન

૩. તામસિક પ્રજાને પુરુષાર્થી બનાવવા સ્વર્ગની લાલચ.

આવા તામસિક અને રાજસિક પ્રકૃતિવાળા લોકોને ઉત્તેજન આપવા એમની પૂજા-વિધિઓને હિંદુધર્મમાં સ્થાન આપવામાં આવ્યું.

આપણે જોયું તેમ ગીતાનું તત્ત્વજ્ઞાન જુદું છે. એમાં તો પ્રેય કરતાં શ્રેયનું જ મહત્ત્વ છે, પ્રેયની માંગો કરતાં શ્રેય માટે અર્પણની જ ભાવના છે. છતાં હિંદુધર્મના ભક્તિના અંશોનો ગીતાએ નિર્દેશ કર્યો છે ને ચાર પ્રકારના ભક્તો ગણાવ્યા છે.

आर्त, अर्थार्थी, जिज्ञासु, ज्ञानी ।

આમાં તામસિક આર્ત અને રાજસિક અર્થાર્થીનો ગીતાની દૃષ્ટિએ મેળ બેસતો નથી. ગીતા જિજ્ઞાસુ અને જ્ઞાની ભક્તોને જ ખરા ભક્તો તરીકે સ્વીકારે છે, જ્ઞાની ભક્તને તો ગીતા ભગવાનનો આત્મા ગણાવે છે. બન્ને ભક્તોની કક્ષાઓ જુદી છે પણ બન્નેની માંગ એક જ છે. બન્ને પ્રકૃતિની ભાવના ભગવાનને અર્પણ કરી પોતાના જીવને ઉઠાડી ભગવાનમાં ડુબાડવા, ભગવાન સાથે એકરૂપ થવા, ભગવાન બનવા, નરનો નારાયણ બનવા ઇચ્છે છે.

वहवो ज्ञानतपसा पूता मद्भावम् आगताः ।
इदं ज्ञानम् उपाश्रित्य मम साधर्म्यम् आगताः ॥

જ્ઞાની ભક્તોની પ્રકૃતિ પરમાત્માની ચિત્-શક્તિરૂપ બને છે.

તામસિક કે રાજસિક ભકતને તો ગીતા સ્વીકારતી જ નથી. ગીતા તો નિત્યસત્ત્વસ્થ થઈને જ રહેવાનું કહે છે. તામસિક, રાજસિક ભકતોને સાત્ત્વિક બનવા ઉત્તેજન આપે છે, પ્રકૃતિની ઉત્ક્રાન્તિ કરવાનું, પુરુષાર્થ કરી વિકાસની નીસરણીનાં પગથીઆં ચઢવાનું કહે છે. તેથી જ તો પવિત્ર ઉદ્દેશવાળા સંન્યાસને પણ ગીતા ઉત્તેજન નથી આપતી. પૂરો સાત્ત્વિક અને તે પછી ગુણાતીત થયા પહેલાં ક્ષેત્રસંન્યાસ લઈ લેવામાં ઉત્ક્રાંતિ અટકી પડે, માણસ તામસિક કે રાજસિક રહી જાય. માટે જીવનનાં આહ્‌વાનો સ્વીકારીને તેમનો સામનો કરતાં કરતાં સાત્ત્વિક–ગુણાતીત બનવાની સલાહ ગીતા આપે છે. આર્ત કે અર્થાર્થી મટી તેમાંથી ઉત્ક્રાન્તિ કરવા માટે લડી લેવાનું જ ગીતા કહે છે. પ્રેયમાંજ દટાઈ રહેવા, તેમાં જ રાચવા માટે ગીતા સંમતિ આપતી જ નથી. શ્રેયનું ધ્યેય–મૂલ્ય સ્વીકાર–એ જ ગીતાની અફર અપેક્ષા છે, ને ચોખ્ખું કહે છે કે સંક્રાન્તિ કાળમાં ઉત્ક્રાન્તિની પ્રક્રિયામાં સંઘર્ષ અનિવાર્ય છે કેમકે, If the spirit is willing the flesh is weak. પ્રકૃતિ પોતાની ટેવો છોડવા તૈયાર નથી થતી. ગીતા કહે છે, મૂલ્ય નક્કી કર, ટેવ તને સતાવ્યા કરશે તે હું જાણું છું પણ મૂલ્ય નિશ્ચિત થતાં ટેવને બદલવાની યુક્તિઓ તને જડશે. ગુણોત્કર્ષની એવી યુક્તિઓ ગીતા બતાવે પણ છે. પણ ગીતા મુખ્ય યુક્તિ તો રસોને શ્રેયના ધ્યેય–ભગવાન તરફ વાળવાની બતાવે છે. એ જ ગીતાનો ભક્તિયોગ છે. રસો

ભગવાન તરફ વળે તો તામસિક અને રાજસિક રસો સુકાઈને ખરી પડે છે.

મીરાં લાગો રંગ હરિ
ઔરન સબ રંગ હટકી પરી.

એવા ભક્તની દૃષ્ટિનું આખું પરિવર્તન થઈ જાય છે.

ઉલટ ભઈ મોરે નયનનકી.

તામસિક અને રાજસિક ભોગોના રસો જ સુકાઈ ગયા હોય, સાત્ત્વિકતાનાં અને શ્રેયનાં મૂલ્યો જ દૃઢ થયાં હોય તો ભવિષ્ય માટે પણ તેવા ભોગોની કામના ભક્ત શેનો કરવાનો છે ? એને તો પોતાની જાતને ભગવાનને જ અર્પણ કરવાની તાલાવેલી લાગેલી હોય છે. એવા ભક્તો ભગવાન પાસે શેની માંગ કરે છે ?

(૧) ભોગોની નહિ—યોગ ક્ષેમની

(૨) સર્વભૂતહિતે રત રહેવાની વૃત્તિની

(૩) લોકસંગ્રહની-નૈતિક મૂલ્યો સ્થાપવામાં પોતાનો ફાળો આપવાના સામર્થ્યની

ત્યારે ભગવાન પાસે આપણે શું માગવાનું ? એમ કહીશું કે અમે તો આર્ત-આળસુ થઈને અજ્ઞાની રહીને પુરુષાર્થહીનર હીશું, તું અમારા માટે અનાથાલય ખોલી દે ને અમારું ભરણ પોષણ કર ?

કે પુરુષાર્થ કરીશું ને ભોગોમાં રચ્યા પચ્યા રહીશું ને ભોગવવામાં ખૂટે તે તું આપ્યા કર ?

કે યોગક્ષેમ માગીને, શરીરને ધર્મનું સાધન બનાવવાના મૂલ્યને અનુસરીને પોષણ માટે યુક્તાહાર લઈશું કે જીભને પૂછીને ભાવતું ખાઈશું ?

તો તો ભગવાન કહેશે:

"મેં તને તામસિક કે રાજસિક રહેવા નથી મોકલ્યો, મારા ઉત્ક્રાન્તિના ઉદ્દેશને આગળ ધપાવવા મોકલ્યો છે; તે પ્રમાણે તું સાત્ત્વિક બનતો જા. ને તે પછી ऊर्ध्वं गच्छन्ति सत्त्वस्थाः એ નિયમ પ્રમાણે ગુણાતીત થા ને તે માટે ધ્યેય નક્કી કર. હું જગતનો પિતા છું ને દરેક પિતાની ઇચ્છા હોય છે–

सर्वतो जयम् अन्विच्छेत् पुत्राद् इच्छेत् पराजयम् ।

કે પોતાના કરતાં પુત્ર સવાયો નીકળે. મેં ઉત્ક્રાન્તિની સામાન્ય ગતિ ઠરાવી છે. સવાયો થઈને એ ગતિને વેગ આપ, યોગ સાધના કરી ઉત્ક્રાન્તિનો ગાળો ટુંકાવ.

ભક્તિ ભાવ પર બીજો મોટો પ્રભાવ શંકરાચાર્યના સૂત્ર ब्रह्म सत्यम् जगन्-मिथ्या નો પડયો છે. બ્રહ્મ સત્ય છે, જગત મિથ્યા છે ! જગત મિથ્યા હોવાથી જરા-વ્યાધિ-વાળા જન્મ-મરણના ફેરાઓમાંથી છુટકારો પામવાની માગણી સેવાવા લાગી, જીવનને સમૃદ્ધ બનાવવાનો પુરુષાર્થ

વધારવા કરતાં જેમ તેમ જીવી ખાવાની, નાસીપાસીની વૃત્તિ પ્રવર્તવા લાગી. જીવવું થેાડું ને મતતા ઘણી–એવી ઉક્તિએા પ્રચલિત બની. ભક્તિને નામે મરણુનાં ગીતેા ગવાવાં લાગ્યાં. સમાજના નેતાએા સમાજવિમુખ બન્યા, સંન્યાસી બન્યા, સમાજ નેતૃત્વ રહિત થયેા ને સ્થગિત બની ગયેા, વિજ્ઞાન વિકસ્યું નહિ. જીવનમાં ઉદાસીનતા વ્યાપી ગઈ!

બીજી બાજુએ, नान्यद् अस्ति इति वादिनः । ભૌતિકવાદી લેાકેાએ કહ્યું जगत् सत्यम्–ब्रह्म मिथ्या ।

ગીતા કહે છે ब्रह्म सत्यम् जगत् सत्यम् બ્રહ્મ અને જગત બન્ને સત્ય છે. ગીતાએ બન્નેનેા સમન્વય કરી બતાવ્યેા.

ये चैव सात्त्विका भावा राजसास् तामसाश् च ये ।
मत्त एवेति तान् विद्धि न त्वहं तेषु ते मयि ॥ (૭–૧૨)
मयाध्यक्षेण प्रकृतिः सूयते सचराचरम् ।
हेतुनानेन कौन्तेय ! जगद् विपरिवर्तते ॥ (૯–૧૦)

તમસ્, રજસ્, સત્ત્વ એ ત્રણે ગુણેા મારામાંથી જ પેદા થયા છે એટલે એ મિથ્યા ક્યાંથી હેાય? પણ ते मयि ગુણેા–જગત–મારામાંથી પેદા થયા છે એટલે જગત સત્ય છે–affirmation. છતાં न तेषु अहम् હું તે ગુણેાથી પર છું. From affirmation to exceeding. આ જીવનને સમૃદ્ધ બનાવેા અને પછી ઉપર ઊઠેા.

તો ત્રણે ગુણો શું કામ ? એકલો સત્વગુણ જ કેમ પેદા કરવામાં ન આવ્યો ?

मयाऽध्यक्षेण under my plan and direction મારી યોજના અને આજ્ઞાનુસાર हेतुना अनेन जगद् विपरिवर्तते evolution–વિકાસ. સત્ય જગતનું સત્ય બ્રહ્મમાં પરિવર્તન કરે.

अनेक जन्मसंसिद्धः ततो याति पराम् गतिम् ।

નરસિંહ મહેતાએ પણ ગીતાના સૂરમાં પોતાનો સૂર ભેળવ્યો.

હરિના જન તો મુક્તિ ન માગે,
માગે જન્મો–જનમ અવતાર રે
નિત સેવા, નિત કીર્તન ઓચ્છવ,
નીરખવા નંદકુમાર રે.

ગીતાની માફક ઉપનિષદોને પણ negation માન્ય નથી.

युवा स्यात् साधुः । युवा अध्यायकः आशिष्ठो द्रढिष्ठो बलिष्ठः ।
तस्येयं पृथिवी सर्वा वित्तस्य पूर्णा स्यात् । —तैत्तिरीय उपनिषद्

યુવકોએ ચારિત્ર્ય અને સ્વાધ્યાય કેળવવાં જોઈએ. તેમણે આશાવાન, દૃઢનિશ્ચયી અને બળવાન બનવું જોઈએ. એવા યુવાનો માટે આ આખી પૃથ્વી વિત્ત–ધનથી ભરેલી બને છે. ઉપનિષદોનો સૂર છે–बलम् उपासस्व। नायमात्मा

वलहीनेन लभ्यः । દરેક જન પાસે જીવવા માટે જરૂરી હોય તે કરતાં surplus energy હોવી જોઈએ. તો જ તે શ્રેયની સાધના કરી શકે.

सर्वोपनिषदो गावो दोग्धा गोपालनन्दनः ।

ઉપનિષદોરૂપી ગાયોમાંથી ગોપાલનંદને શું દોહન કાઢ્યું ?

यत्र योगेश्वरः कृष्णो यत्र पार्थो धनुर्धरः ।
तत्र श्रीर् विजयो भूतिर् ध्रुवा नीतिर् मतिर् मम ॥

યોગેશ્વર કૃષ્ણ અને ધનુર્ધારી લડનાર અર્જુન ભેગા થાય ત્યાં લક્ષ્મી, વિજય અને સમૃદ્ધિ નિશ્ચિત છે એમ સમજ.

इति ते ज्ञानम् आख्यातं गुह्याद् गुह्यतरं मया ।
विमृश्यैतद् अशेषेण यथेच्छसि तथा कुरु ॥ (१८–६३)

આ રીતે મેં તને ઊંડામાં ઊંડુ જ્ઞાન સમજાવ્યું છે, એ બધા વિષે તું પૂરેપુરો વિચાર કરી લે ને છેવટે તને ગમે તે પ્રમાણે કર. તારું ભવિષ્ય તારા જ હાથમાં છે.

તો અર્જુનનો છેવટનો જવાબ શો છે ?

नष्टो मोहः स्मृतिर् लब्धा त्वत् प्रसादान् मयाच्युत ! ।
स्थितोऽस्मि गतसंदेहः करिष्ये वचनम् तव ॥ (१८–७३)

હે ભગવાન્ ! તમારી કૃપાથી મારો પ્રકૃતિ વિષેનો મોહ નાશ પામ્યો છે; હવે, હું તમારો જ અંશ છું એનું સ્મરણ તાજું થયું છે ને નિઃશંક થઈને તમારી આજ્ઞાનું પાલન કરીશ.

मन्मना भव मद्भक्तो मद्याजी मां नमस्कुरु ।
माम् एवैष्यसि सत्यं ते प्रतिजाने प्रियोऽसि मे ॥ ७५ (१८–६५)

सर्वधर्मान् परित्यज्य मामेकं शरणं व्रज ।
अहं त्वा सर्वपापेभ्यो मोक्षयिष्यामि मा शुचः ॥ ७६ (१८–६६)

अहं क्रतुर् अहं यज्ञः स्वधाऽहम् अहमौषधम् ।
मंत्रोऽहम् अहम् एवाज्यम् अहम् अग्निरहं हुतम् ॥ ७७ (९–१६)

पिताहम् अस्य जगतो माता धाता पितामहः ।
गतिर् भर्ता प्रभुः साक्षी निवासः शरणं सुहृत् ॥ ७८ (१७–१८)

भोक्तारं यज्ञतपसां सर्वलोकमहेश्वरम् ।
सुहृदं सर्वभूतानाम् ज्ञात्वा मां शान्तिमृच्छति ॥ ७९ (५–२९)

पत्रं पुष्पं फलं तोयं यो मे भक्त्या प्रयच्छति ।
तद् अहं भक्त्युपहृतम् अश्नामि प्रयतात्मनः ॥ ८० (९–२६)

यत्करोषि यद् अश्नासि यज् जुहोषि ददासि यत् ।
यद् तपस्यसि कौन्तेय ! तत् कुरुष्व मदर्पणम् ॥ ८१ (९–२७)

चेतसा सर्वकर्माणि मयि संन्यस्य मत्परः ।
बुद्धियोगम् उपाश्रित्य मच्चित्तः सततं भव ॥ ८२ (१८–५७)

मच्चित्तः सर्वदुर्गाणि मत्प्रसादात् तरिष्यसि ।
अथ चेत् त्वम् अहंकारान् न श्रोष्यसि विनंक्ष्यसि ॥ ८३ (१८–५८)

अर्जुन उवाच

नष्टो मोहः स्मृतिर् लब्धा त्वत्प्रसादान् मयाच्युत ।
स्थितोऽस्मि गतसंदेहः करिष्ये वचनं तव ॥ ८४ (१८–७३)

શ્રેષ્ઠ વિદ્યા, પરં સાર, આ છે પવિત્ર ઉત્તમ;
અનુભવાય પ્રત્યક્ષ, સુકર, ધર્મ્ય, અક્ષય. ૭૧

વસીને સર્વ ભૂતોનાં હ્રદયે પરમેશ્વર,
માયાથી ફેરવે સૌને, જાણે યંત્ર પરે ધર્યાં. ૭૨

તેને જ શરણે જા તું સર્વભાવથી ભારત !
તેના અનુગ્રહે લેશ શાન્તિ ને પદ શાશ્વત. ૭૩

વળી, મારું પરં વેણ, સારમાં સાર, આ સુણ,
મને અત્યંત વા' લો તું, તેથી તારું કહું હિત. ૭૪

મન, ભક્તિ મને અર્પ, મને પૂજ, મને નમ,
મને જ પામશે નિશ્ચે, મારું વચન છે, પ્રિય ! ૭૫

છોડીને સઘળા ધર્મો, મારું જ શરણું ધર;
હું તને સર્વ પાપોથી છોડાવીશ નચિંત થા. ૭૬

હું ક્રતુ, હું જ છું યજ્ઞ, હું સ્વધા, હું વનસ્પતિ;
મંત્ર હું, ઘૃત હું શુદ્ધ, અગ્નિ હું, હું જ આહુતિ. ૭૭

હું જ આ જગનો ધાતા, પિતા, માતા, પિતામહ;
પ્રભુ, ભર્તા, સુહૃદ્દ, સાક્ષી, નિવાસ, શરણું, ગતિ. ૭૮

મને સૌ ભૂતનો મિત્ર, સર્વલોક–મહેશ્વર,
યજ્ઞ ને તપનો ભોક્તા જાણ તે શાંતિ પામતો. ૭૯

पत्रं पुष्पं फलं तोयं જે આપે ભક્તિથી મને,
ભક્તિએ તે અપાયેલું આરોગું યત્નવાનનું. ૮૦

જે કરે, ભોગવે વા જે, જે હોમે, દાન જે કરે;
જે તપે તપ કૌન્તેય, કર તું અર્પણ તે મને. ૮૧

મને અર્પી બધાં કર્મો મનથી, મત્પરાયણ,
મારામાં ચિત્તને રાખ બુદ્ધિ–યોગ વડે સદા. ૮૨

મચ્ચિત્તો તરશે દુઃખો સર્વે મારા અનુગ્રહે,
ન માને જો અહંકારે, નિશ્ચે પામીશ નાશ તો. ૮૩

અર્જુન બોલ્યો

ટળ્યો મોહ, થયું ભાન, તવ અનુગ્રહે પ્રભો !
થયો છું સ્થિર નિઃશંક, માનીશ તવ શીખને. ૮૪



૫. સમન્વય યોગ

પ્રણિપાત, પરિપ્રશ્ન, સેવા ત્રણે છે
આત્મજ્ઞાન પ્રાપ્તિના સામટા ઉપાયો;
ત્રણે ઉચ્ચાલનનું મુખ્ય લક્ષ્ય એ છે
પ્રકૃતિથી જીવને ઊંચો ઉઠાવવો. ૧

આત્માનું લક્ષણ છે હેતુપૂર્ણ મૂલ્ય
પ્રકૃતિની ટેવ મૂલ્ય પામી શમે છે;
રજોગુણી બુદ્ધિ છે કર્માનુસારિણી
સાત્વિક બનતાં તે કર્મને દોરે છે. ૨

'गुणा गुणेपु वर्तन्ते' જોતાં એ ન્યાયે
તમોગુણ વધતાં દબાય રજ–સત્ત્વ,
રજોગુણ ફેલાતાં સત્ત્વ–તમ દબાય,
રજ–તમ દબાતાં વધે સત્ત્વગુણ. ૩

સત્કર્મ, સદ્બુદ્ધિ, ભક્તિ છે એકરૂપ
ત્રણેય પરસ્પરને પ્રેરે સદાયે;
જ્ઞાનહીન કર્મ જડ ક્રિયા બને છે
જ્ઞાનહીન ભક્તિ અંધશ્રદ્ધા બને છે. ૪

અભ્યાસ–વૈરાગ્યનો ચિત્ત–નિરોધ યોગ,
ઉપદ્રષ્ટાનુમન્તાની સાંખ્ય પ્રયુક્તિ,

દિલની અભ્યર્થના, શરણભાવ યેાગ
ચતુર્વિધ સાધના શુરુચાવી યેાગની. ૫

આત્મજ્ઞાન પામવા માટે ગીતા ત્રણ માર્ગોનું એકી સાથે અનુશીલન કરવાનું કહે છે. तद् विद्धि प्रणिपातेन परिप्रश्नेन सेवया । પ્રણિપાત એ ભક્તિમાર્ગ, પરિપ્રશ્નનેા જ્ઞાનમાર્ગ અને સેવાનેા કર્મમાર્ગ.

માત્ર જ્ઞાન એ અવ્યક્ત આત્માની ઉપાસના હેાઈ સાધકને ઉપાસના માટે કેાઈ અવલંબન મળતું નથી, પેાતાની તપસ્યાના સ્વાવલંબન ઉપર નભવું પડે છે. તેથી જ્ઞાનમાર્ગ જન સાધારણ માટે क्लेशोऽधिकतरः નીવડે છે એટલું જ નહિ પણ જીવનને નીરસ બનાવી મૂકે છે.

જીવ–આત્મા–પરમાત્માના સ્વરૂપ વિષેના જ્ઞાન વિનાની ભક્તિ ભગવાનના કયા સ્વરૂપનું ધ્યાન ધરે? એવી જ્ઞાનહીન ભક્તિ અંધશ્રદ્ધા અને વેવલાપણાનું સ્વરૂપ ધારણ કરે છે.

એ જ રીતે આત્મજ્ઞાન રહિત અને હૃદયની ભાવના વિનાનું કર્મ માત્ર જડ ક્રિયા બની જાય છે.

આમ ગીતા સત્ ચિત્ આનંદ–બુદ્ધિ, સંકલ્પશક્તિ અને હૃદયનેા ઉમળકેા એ ત્રણે બળેાના સમન્વિત યેાગની સાધનાની પ્રેરણા આપે છે. दृष्टिपूतम् न्यसेत् पादम् । દરેક કાર્ય જ્ઞાનપૂર્વક કરવું જોઈએ; हृदयपूतम् समाचरेत् । જ્ઞાનથી

દોરવાએલી અને ભાવનાથી રંગાએલી સંકલ્પ-શક્તિ જ ઉત્તમ પ્રગતિ સાધી શકે છે.

गुणा गुणेषु वर्तन्ते । એક ગુણ બીજા ગુણ પર પ્રભાવ પાડે છે. તમોગુણ વધે તો તે રજસ્ અને સત્ત્વને દબાવે છે. એ જ રીતે રજોગુણ વધતાં તમોગુણ અને સત્ત્વગુણ દબાય છે. અને સત્ત્વગુણની વૃદ્ધિ થતાં તમોગુણ અને રજોગુણનું જોર ઓછું થાય છે. વળી દરેક ગુણ કર્મ, જ્ઞાન કે ભક્તિમાં એક જ વલણ દાખવે છે. જ્ઞાનમાં તમોગુણ દાખવતી વ્યક્તિ કર્મમાં કે ભક્તિમાં સત્ત્વગુણી નથી બની જતી.

તમોગુણી વ્યક્તિ :

કર્મમાર્ગમાં અજ્ઞાન અને આળસ દાખવે છે;
જ્ઞાનમાર્ગમાં સ્મૃતિભ્રષ્ટ થઈ પ્રકૃતિમય બની વર્તે છે;
ભક્તિ માર્ગમાં आर्त-લાચાર બની યાચના કરે છે.

રજોગુણી વ્યક્તિ :

કર્મમાર્ગમાં અનેક કામનાઓ સેવી અહંકારથી
અનેક જંજાળો ઊભી કરે છે.
જ્ઞાનમાર્ગમાં માત્ર અહંભાવી થઈને વર્તે છે;
ભક્તિમાર્ગમાં ભગવાન પાસે ભોગો જ માગે છે.

સત્ત્વગુણી વ્યકિત :

કર્મ માર્ગમાં રાગદ્વેષરહિત પરોપકારનાં કાર્યો કરે છે;
જ્ઞાન માર્ગમાં બુદ્ધિ સાત્ત્વિક, સત્યશોધક હોય છે;

ભક્તિ માર્ગમાં જિજ્ઞાસાવૃત્તિ કેળવી આત્મનિષ્ઠ બને છે.

હવે, સત્ ચિત્ આનંદ–ના ત્રણે માર્ગે જીવ પ્રકૃતિથી ઊંચો કઈ રીતે ઊઠે છે તે જોઈએ.

કર્મયોગથી ગુણોત્કર્ષ થતાં પ્રકૃતિનો સાત્ત્વિક પડદો નિર્મલ અને પારદર્શક બને છે તેથી તે જીવ માટે પ્રકૃતિથી ઉપર ઊઠવાનો માર્ગ સરળ બનાવે છે.

રજોગુણી બુદ્ધિ પ્રકૃતિની ભોગ પ્રવૃત્તિઓની ટેકેદાર બને છે. बुद्धिः कर्मानुसारिणी । એ જ બુદ્ધિ સાત્ત્વિક બનતાં તે પ્રકૃતિની પ્રવૃત્તિઓનું નેતૃત્વ કરે છે – પ્રવૃત્તિઓને જીવની જાગૃતિને અનુકૂળ બનાવે છે ને એ રીતે સાત્ત્વિક બુદ્ધિ જીવની જાગૃતિનું ઉચ્ચાલન બળ બને છે. એ રીતે જાગૃત બનેલો જીવ પ્રકૃતિથી ઉપર ઊઠીને પ્રથમ ઉપદ્રષ્ટા બને છે, પ્રકૃતિની પ્રવૃત્તિઓને સાક્ષીરૂપે નિહાળે છે અને પાછળથી અનુમન્તા તરીકે તે કેવળ સાત્ત્વિક પ્રવૃત્તિઓને જ ચાલવાની અનુમતિ–સમ્મતિ આપે છે; રજોગુણી–તમોગુણી પ્રવૃત્તિઓ આપોઆપ મંદ પડી જાય છે.

ભક્તિયોગમાં વિકારી રસો શુદ્ધ થતાં તથા હૃદયની અભ્યર્થનાનો ધક્કો વાગતાં જીવ પ્રકૃતિથી ઉપર ઊઠવા માંડે છે.

જીવ આત્માવસ્થા પ્રાપ્ત કરીને છેવટે પરમાત્માવસ્થાએ પહોંચે—आत्मनि अथो मयि । એ યોગનું ધ્યેય છે. એ ધ્યેયની સિદ્ધિ માટે બુદ્ધિ, સંકલ્પશક્તિ અને હૃદયની ભાવના એ ત્રણે સાધનોનો સમન્વિત ઉપયોગ આવશ્યક છે. પરમાત્મામાં એ ત્રણે અંગો—સત્ ચિત્ આનંદ—અવિભક્તરૂપે રહેલાં હોય છે. જીવ દશામાં એ ત્રણે અંગો વિભાજિત થયેલાં અને તેથી નબળાં પડી નિસ્તેજ થયેલાં—વિકૃત બનેલાં હોય છે.

એ અંગોની નબળાઇઓ – વિકૃતિઓ કાઢીને સત્ ચિત્ આનંદની અવિભક્ત એવી અસલ સ્થિતિએ તેમને પહોંચાડવાં એ જ યોગ—સાધના છે. આ ત્રણે અંગો પરસ્પરાવલંબી હોવાથી એક અંગની વિકૃતિ વધતાં બીજાં અંગોને તે પાડે છે ને એક અંગની શુદ્ધિ બીજાં અંગોને ઉન્નત બનાવે છે. તેથી ત્રણે અંગોને એકત્રિત રીતે ઉન્નત બનાવવાની સમન્વિત સાધના એ જ પૂર્ણયોગ છે. એવા પૂર્ણયોગથી જ પરમપદની પ્રાપ્તિ થાય છે.

तपस्विभ्योऽधिको योगी ज्ञानिभ्योऽपि मतोऽधिकः ।
कर्मिभ्यश्चाधिको योगी तस्माद् योगी भवार्जुन ! (६–४६)

તપસ્વી કરતાં પણ યોગી ચઢે છે,
જ્ઞાની કરતાં પણ યોગી ચઢે છે,
કર્મયોગી કરતાંય યોગી ચઢે છે,
માટે અર્જુન ! અવશ્ય યોગી તું થા.

યેાગી કર્મ, જ્ઞાન, ભક્તિ એ ત્રણેનેા સમન્વય કરનાર સંવાદી પુરુષ છે.

श्रेयो हि ज्ञानम् अभ्यासात् ज्ञानाद् ध्यानम् विशिष्यते ।

ગુણેાત્કર્ષનેા કર્મયેાગ, ચેતના-જાગૃતિનેા જ્ઞાનયેાગ અને રસશુદ્ધિનેા અનન્ય ભક્તિવાળેા ધ્યાનયેાગ એ ત્રણ સાર્વભૌમ સાધનામાર્ગો ઉપરાંત ગીતાએ ચિત્તવૃત્તિ-નિરેાધનેા, વૃત્તિઓને शान्तरजसम् રજોમુક્ત કરવાની માનસિક તાલીમનેા ચેાથેા અભ્યાસયેાગ બતાવ્યેા છે. ચિત્તવૃત્તિઓને શાન્ત કરવાની આ તાલીમ. એક વિશિષ્ટ પ્રકારની પ્રક્રિયા છે, તે મનની શુદ્ધિ અને તાલીમ પર ભાર મૂકે છે. અભ્યાસયેાગ એ પ્રકૃતિની સાધના છે તેથી તે મર્યાદિત સાધનામાર્ગ નીવડે છે.

ગીતાએ સાંખ્યયેાગની उपद्रष्टा अनुमन्ता ની પ્રયુક્તિને પણ સાધનામાર્ગ તરીકે ગણાવી છે. ઉપદ્રષ્ટાની પ્રયુક્તિ જીવને પ્રકૃતિથી છૂટા પાડવાની પ્રબલ પ્રયુક્તિ છે.

આમ એકંદરે, અભ્યાસ અને વૈરાગ્યની ચિત્તવૃત્તિ-નિરેાધની માનસિક સાધના, હૃદયની અભ્યર્થનાવાળી જીવની સાધના, ઉપદ્રષ્ટા અનુમન્તા તરીકે આત્માનું ધ્યાન અને છેવટે ઈશ્વરાર્પણ-ઈશ્વરશરણનું शिवोऽहम् ध्यान એ ચતુર્વિધ સાધનાનેા સુમેળ બેસાડવેા એ જ યેાગ સાધનાની ગુરુચાવી છે.

कर्म-ज्ञान समन्वय

श्रेयान् द्रव्यमयाद् यज्ञाज् ज्ञानयज्ञः परंतप !
सर्वं कर्माखिलं पार्थ ! ज्ञाने परिसमाप्यते ॥ ८५ (४-३३)

यज् ज्ञात्वा न पुनर् मोहम् एवं यास्यसि पाण्डव ! ।
येन भूतान्यशेषेण द्रक्ष्यस्यात्मन्यथो मयि ॥ ८६ (४-३५)

यस्य सर्वे समारम्भाः कामसंकल्पवर्जिताः ।
ज्ञानाग्निदग्धकर्माणम् तम् आहुः पण्डितं बुधाः ॥ ८७ (४-१९)

कर्म-भक्ति समन्वय

येषां त्वन्तगतं पापम् जनानां पुण्यकर्मणाम् ।
ते द्वन्द्वमोहनिर्मुक्ता भजन्ते मां दृढव्रताः ॥ ८८ (७-२८)

दैवी ह्येषा गुणमयी मम माया दुरत्यया ।
मामेव ये प्रपद्यन्ते मायाम् एतां तरन्ति ते ॥ ८९ (७-१४)

ज्ञान-भक्ति समन्वय

बहूनां जन्मनामन्ते ज्ञानवान् मां प्रपद्यते ।
'वासुदेवः सर्वम्' इति स महात्मा सुदुर्लभः ॥ ९० (७-१९)

तेषां सततयुक्तानाम् भजतां प्रीतिपूर्वकम् ।
ददामि बुद्धियोगं तम् येन माम् उपयान्ति ते ॥ ९१ (१०-१०)

भक्त्या माम् अभिजानाति यावान् यश्च चास्मि तत्त्वतः ।
ततो माम् तत्त्वतो ज्ञात्वा विशते तद् अनंतरम् ॥ ९२ (१८-५५)

કર્મ-જ્ઞાન સમન્વય

દ્રવ્યોના યજ્ઞથી રૂડો જાણવો જ્ઞાનયજ્ઞને;
જ્ઞાનમાં સઘળાં કર્મ પૂરેપૂરાં સમાય છે. ૮૫

જે જાણ્યાથી ફરી આવો તને મોહ થશે નહીં,
જેથી પેખીશ આત્મામાં-મુજમાં ભૂતમાત્ર તું. ૮૬

જેના સર્વે સમારંભો કામ-સંકલ્પ-હીન છે:
તે જ્ઞાનીનાં બળ્યાં કર્મો જ્ઞાનાગ્નિથી, બુધો કહે. ૮૭

કર્મ-ભક્તિ સમન્વય

પણ જે પુણ્યશાળીનાં પાપકર્મ ગળી ગયાં,
તે દ્વન્દ્વ મોહ છૂટેલા મને દૃઢવ્રતે ભજે. ૮૮

દૈવી ગુણમયી મારી માયા આ અતિ દુસ્તર:
મારે જ શરણે આવે, તે આ માયા તરી જતા. ૮૯

જ્ઞાન-ભક્તિ સમન્વય

ઘણાયે જન્મને અંતે જ્ઞાની લે શરણું મુજ.
'સર્વ આ બ્રહ્મ' જાણે તે મહાત્મા અતિ દુર્લભ. ૯૦

એવા અખંડ યોગીને ભજતા પ્રીતિથી મને
આપું તે બુદ્ધિનો યોગ જેથી આવી મળે મને. ૯૧

ભક્તિએ તત્ત્વથી જાણે, જેવો છું ને હું જેમ છું,
તત્ત્વે આમ મને જાણી, તે ભળે મુજમાં પછી. ૯૨

૬. કુંડલિની–જાગૃતિ યોગ

શૂન્યમાંથી ચિત્શક્તિ સૃષ્ટિ રચે છે,
ઉત્ક્રાન્તિની તેમાં ચેતના ભરે છે,
સૂએ જમીનમાં ને તંદ્રા લે ઝાડમાં,
જાગે પશુમાં ને ઝળકે માનવમાં. ૧

પ્રકૃતિનો તમોમય પડદો ચીરીને
સાત્ત્વિક પડદાને પાર કરીને
આત્મચેતના ઊંચી ઊંચી ચઢે તે
કુંડલિની–જાગૃતિ યોગ કહેવાય છે. ૨

પ્રકૃતિ પુરુષની પ્રેરણા ઝીલીને
ચેતનાને અનુરૂપ ઊંચી ઊઠે છે,
અન્નમય–પ્રાણમય–મનોમય પુરુષની
પ્રકૃતિ ક્રમે ક્રમે સૂક્ષ્મતર બને છે. ૩

કર્મયોગમાં કુંડલિની જગાડવા
ગુણોત્કર્ષ સાધના પહેલું પગથિયું,
સર્વભુતહિત એ બીજું પગથિયું,
લોકસંગ્રહ મિશન છે અંતિમ લક્ષ્ય. ૪

જ્ઞાનયોગમાં કુંડલિની જગાડવા
સાત્ત્વિક બુદ્ધિ છે પહેલું પગથિયું,

સાક્ષીરૂપ ચેતના એ બીજું પગથિયું,
શિવોઽહમ્ ભાન છે અંતિમ લક્ષ્ય. ૫

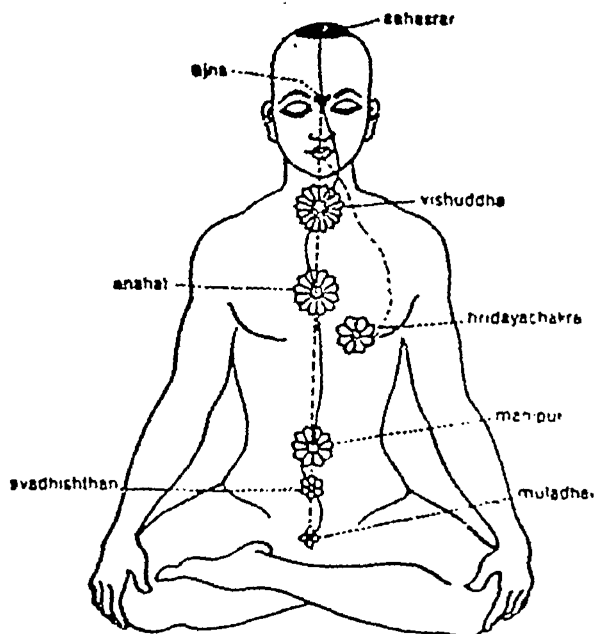
ભક્તિયોગમાં કુંડલિની જગાડવા
રસશુદ્ધિ સાધના પહેલું પગથિયું,
ઉદાસીન ભાવ એ બીજું પગથિયું,
ચિદાનંદ ભાવ છે અંતિમ લક્ષ્ય. ૬

ગુણોત્કર્ષ એ રસશુદ્ધિનું રૂપ છે,
તપમાં રસોને કચડવા પડે છે,
રસોને ઈશ્વર ભણી વહેવડાવી
નિર્બલને રામબલ ભક્તિ બક્ષે છે. ૭

તપસ્વી કરતાં પણ યોગી ચઢે છે,
જ્ઞાની કરતાં પણ યોગી ચઢે છે,
કર્મયોગી કરતાંયે યોગી ચઢે છે
માટે અર્જુન ! અવશ્ય યોગી તું થા. ૮

અનન્યભાવે મને ચિન્તવે જે,
સતત આદરે યોગની સાધના જે,
કુંડલિની શક્તિને જાગૃત કરીને
તેવા ભક્તોનો વહું હું યોગક્ષેમ. ૯

ચેતના-જાગૃતિ ચિહ્નો



Subtle Centres of Consciousness

ચક્રો માણસની ચેતના-જાગૃતિનાં ચિહ્નો છે. માણસની ચેતના કયા ચક્રમાં સ્થિર થઈ છે અથવા કયા ચક્ર સુધી પહોંચી છે એ ઉપરથી એ માણસમાં કયાં ચક્રોમાં રસ છે કે એનું મન કયાં ચોંટેલું રહે છે તેનો ખ્યાલ આવે છે.

ચક્રોના બે ભાગ પડી જાય છે. ગુદાથી નાભિ સુધીનાં ત્રણ ચક્રોનો એક ભાગ અને હૃદયથી મગજ સુધીનાં

ઉપરનાં પાંચ ચક્રોનો બીજો ભાગ. નીચલાં ત્રણ ચક્રો એ પશુનાં ચક્રો છે ને ઉપલાં પાંચ દેવદૂતનાં ચક્રો છે.

નીચલાં ત્રણ ચક્રોમાં રસ રહે તે માણસનાં અને પશુનાં સમાન લક્ષણો ગણાવવામાં આવ્યાં છે.

आहारनिद्राभयमैथुनम् च
सामान्यम् एतत् पशुभिर् नराणाम् ।

આહાર, નિદ્રા, ભય અને મૈથુન એ માણસ અને પશુનાં સમાન લક્ષણો છે. નીચલાં ચક્રો એ ઇન્દ્રિય–ભોગનો રસ દર્શાવતાં ચક્રો છે.

હૃદયનું ચક્ર ભાવના, અનહત ચક્ર જીવની તાલાવેલી, વિશુદ્ધ ચક્ર વિવેક–બુદ્ધિ, મગજનું આજ્ઞાચક્ર એ આત્મ-દર્શન અને છેવટે તાળવાનું સહસ્રચક્ર એ ઈશ્વર દર્શનનાં જાગૃતિ ચિહ્નો છે. એ એક એકથી ચઢિયાતા રસોનાં ચિહ્નો છે,

इन्द्रियाणि पराण्याहुर् इन्द्रियेभ्यः परं मनः ।
मनसस्तु परा बुद्धिर् यो बुद्धेः परतस्तु सः ॥

ઇન્દ્રિયો બળવાન છે, ઇન્દ્રિયોથી મન વધારે સૂક્ષ્મ છે, બુદ્ધિ એથીયે શ્રેષ્ઠ છે અને સૌથી શ્રેષ્ઠ આત્મા છે.

એ જ ક્રમે, ઇન્દ્રિય–ભોગના આનંદ કરતાં લાગણી દ્વારા મળતો આનંદ ઊંચો ગણાય, લાગણી કરતાં ઉચ્ચ ભાવનાનો આનંદ વધારે ચઢિયાતો, શુદ્ધ વિવેકબુદ્ધિનો આનંદ

એથી ચઢિયાતો, બુદ્ધિના આનંદ કરતાં નૈતિકતાનો આનંદ ચઢે અને નૈતિકતાના આનંદ કરતાં આધ્યાત્મિક આનંદ શ્રેષ્ઠ.

ભગવાને પેદા કરેલી ઇન્દ્રિયો ખરાબ નથી. પણ એ ઇન્દ્રિયોનો કઈ રીતે ઉપયોગ કરવામાં આવે છે તેના પર બધો આધાર છે. ઇન્દ્રિયોનો ઉપયોગ માણસ પશુ તરીકે પણ કરી શકે છે ને દેવદૂત તરીકે પણ કરી શકે છે. પશુ જેમ પાશવી પ્રેરણાને વશ થઈને ઇન્દ્રિયોના ભોગોને ભોગવે છે તેમ દેવદૂત વિવેકબુદ્ધિથી અને પ્રકૃતિના રસોને શુદ્ધ બનાવવાના હેતુથી ઇન્દ્રિયોના વ્યાપાર ચલાવે છે. પાપ-પુણ્યનો આ જ ફરક છે. શુદ્ધ અને સૂક્ષ્મ રસોને સ્થાને સ્થૂળ અને હલકા રસોને પસંદ કરવા એ જ પાપ છે. સ્થૂળ ભોગોનું સૌથી ખરાબ પાસુ હોય તો એ છે કે તે માણસને અંતર્મુખ થવા દેતા નથી ને તેની વિવેકશક્તિ ખીલવા દેતા નથી.

मयाध्यक्षेण प्रकृतिः सूयते सचराचरम् ।
हेतुनानेन कौन्तेय ! जगद् विपरिवर्तते ॥

જગત-વિકાસના હેતુ માટે ભગવાનની યોજના પ્રમાણે એમની પરા-પ્રકૃતિ ચરાચર વસ્તુઓમાં ઉત્ક્રાન્તિની પ્રેરણા મૂકીને જ સૃષ્ટિ રચે છે. એ ઉત્ક્રાન્તિ-ક્રમ આ છે :

God sleeps in the soil,
dreams in the tree,
awakes *in the animal*,
becomes self-conscious in man.

ઈશ સૂવે જમીનમાં ને તંદ્રા લે ઝાડમાં
વળી જાગે પશુમાં ને ઝળકે માનવમાં.

ઉત્ક્રાન્તિના સિદ્ધાન્તનો અમલ આપણે માનવોમાં પણ થતો અનુભવીએ છીએ.

તામસિક અન્નમય પુરુષ જાણે હમણાં જ પશુમાંથી માનવ બન્યો હોય તેમ પશુઓને વધારે મળતો હોય છે.

मनुष्यरूपेण मृगाश्चरन्ति ।

સ્વરૂપ એમનું માનવનું, પણ ગુણ બધા પશુના.

આવી તામસિકતા–જડતામાં શક્તિનો સંચાર થતાં શરીર અને મન બન્નેમાં બળ આવે છે. મનમાં નવી નવી ઊર્મિઓ, ભોગેચ્છાઓ, મહત્ત્વાકાંક્ષાઓ જાગે છે. અન્નમય પુરુષનો પ્રાણમય પુરુષ બને છે. પણ પ્રાણમય રાજસિક પુરુષ શક્તિઓને ભોગોમાં ખર્ચી નાખે છે, ભોગોમાં રચ્યોપચ્યો રહે છે. એની ભોગવૃત્તિની કોઈ મર્યાદા નથી હોતી, નીતિધર્મની એને પડી જ નથી હોતી. અન્યાયથી ધન પ્રાપ્ત કરવું, કામ–ક્રોધ–મદ–લોભથી સમાજમાં ત્રાસ વર્તાવવો, ભોગ શિવાય આ જગતમાં બીજી કશી મહત્ત્વની વસ્તુ નથી, અરે ભોગ આગળ ખુદ ઈશ્વરની

હસ્તીને પડકારવી એવાં બધાં દૂષણો ભોગપ્રધાન નર-રાક્ષસમાં પેદા થાય છે.

પૂર્વ-જન્મના કાંઈ પુણ્યથી અને ભગવાનની કૃપાથી માણસને ભોગવૃત્તિ પર કાબૂ મૂકવાની સદ્‌બુદ્ધિ સૂઝે છે, અને તે મનોમય પુરુષ બને છે. સાત્ત્વિક મનોમય પુરુષ પ્રથમ ઇન્દ્રિયોના દમ-અંકુશ અને નિરાહાર-ઉપવાસ દ્વારા ઇન્દ્રિયોને સંયમમાં રાખે છે. પણ સંયમ કરતાં વધારે અનુકૂળ અને અસરકારક માર્ગ એ છે કે લાગણીઓને-રસોને ભક્તિમાં-ભગવાન પ્રત્યેના પ્રેમમાં વાળવી જેથી રસો શુદ્ધ બને.

મીરાં લાગો રંગ હરિ
ઔરન સબ રંગ હટકી પરિ.

હરિ-રંગ લાગવાથી હલકા રસો સુકાઈને ખરી પડે છે.

રસશુદ્ધિ થતાં માણસ સાત્ત્વિક બને છે. સાત્ત્વિક જનને શરીરના સ્થૂળ ઉપભોગો કરતાં જ્ઞાનવર્ધનમાં, બુદ્ધિને સૂક્ષ્મ અને સતેજ બનાવવામાં, હૃદયની શુદ્ધ પ્રેમભાવના વધારવામાં, સમાજ સાથેના વ્યવહારમાં નીતિથી ચાલવામાં અને છેવટે, ઈશ્વર-સાક્ષાત્કાર કરવામાં રસ હોય છે. એની વૃત્તિઓ બધી સાત્ત્વિક જ્ઞાનમય અને પ્રેમમય બનવાથી પોતાના સંકુચિત સ્વાર્થમાં ન રાચતાં

તે સર્વ માનવો પ્રત્યે સમાનભાવે વર્તે છે, સર્વના હિતમાં પોતાનું હિત જુએ છે. આમ સાત્ત્વિક જનોનો બનેલો સમાજ પણ આદર્શ સમાજ બને છે. આદર્શ સમાજ બનાવવાનો આ જ સરળ સચોટ માર્ગ છે.

કુંડલિની–જાગૃતિ એ પ્રકૃતિથી જીવને ઊપર ઉઠાવવાની સાધના છે. એક કાળે બંગાળના શાક્તોએ–શક્તિપૂજક વામમાર્ગીઓએ આસન–પ્રાણાયામથી શરીરમાં રક્ત–સંચાર કરી કુંડલિની જગાડવાની સ્થૂળ પ્રક્રિયા બનાવી મૂકી હતી. પણ ગીતાએ જેમ પ્રકૃતિ કરતાં આત્માને ધ્યેય માનવાની પ્રેરણા આપી તેમ સાધના પણ પ્રકૃતિની કરવા કરતાં આત્મ–ચેતના જગાડવાની કરવા સૂચવ્યું છે. પ્રકૃતિને નિયમનમાં રાખવા માટે તો ગીતાએ નો મધ્યમ માર્ગ સૂચવ્યો છે.

सर्वधर्मान् परित्यज्य मामेकं शरणं व्रज ।
अहम् त्वा सर्वपापेभ्यो मोक्षयिष्यामि मा शुचः ॥

सर्वधर्मान्–પ્રકૃતિની સાધના

मामेकं शरणं व्रज–આત્માની ચેતના જગાવ

मोक्षयिष्यामि–પ્રકૃતિ આત્માને અનુસરે છે. આત્મ–ચેતનાને અનુરૂપ પ્રકૃતિ વર્તે છે. આત્મચેતના ઊંચી ઊઠે તેમ પ્રકૃતિ શુદ્ધ થતી જાય છે.

"Growth consists in the raising of consciousness of man from the lower to the higher plane of life till the highest plane is reached. The powers, energies and operations of each man correspond to the plane of his consciousness.

In the physical man (અન્નમય પુરુષ) only such powers and only so much of them are active as are sufficient for his ordinary physical life and so much mind and soul are only at play as will accord with its needs. The whole energies of his soul are not at play in the physical body and life. The secret powers of the mind are not awake in it. The bodily and the nervous energies predominate. In fact, the entire subjection of mind and life to the body is the characteristic of an under developed humanity.

All the higher faculties of man, his intellectual and psychomental powers, his higher emotional life awaken and increase in proportion as the mental plane in him presses upon him. For, the more it manifests, the more it influences the physical part. He would govern all by clarity of true knowledge, he

would be united to other beings by a sympathy of love and happiness, his emotions would be lifted to the perfection of psychomental plane, his sensations rescued from grossness, his intellect subtle, pure and flexible, delivered from the deviations of the impure vital energy and the obstructions of matter".

Shri Arvinda : Life Divine.

માણસના વ્યક્તિત્વના વિકાસનો ક્રમ એ નીચલી કક્ષાની તામસિક પ્રકૃતિમાંથી રાજસિક પ્રકૃતિમાં અને રાજસિક પ્રકૃતિમાંથી સાત્ત્વિક પ્રકૃતિમાં પ્રવેશવાનો ક્રમ છે. અર્થાત્ તામસિક પાર્થિવ જનના શરીરપ્રધાન ભાનમાંથી નીકળી રાજસિક પ્રાણવાન પુરુષની વેગવાન પ્રવૃત્તિની ભૂમિકાએ પહોંચવું, ને આગળ વધી શુદ્ધ બુદ્ધિ અને ભાવનાની ઉચ્ચતર ભૂમિકાએ પહોંચવું અને એ રીતે નીચલી કક્ષાની જાગૃતિને સ્થાને મધ્યમ અને તેમાંથી ઉત્તમ કક્ષાની જાગૃતિને પ્રાપ્ત કરવી એ વિકાસનો ક્રમ છે. આમ વિકાસ એ જાગૃતિનો વિકાસ છે. માણસની શક્તિઓનો વિકાસ એની જાગૃતિની ભૂમિકાને અનુરૂપ હોય છે.

તામસિક પ્રકૃતિના પાર્થિવ જનમાં એ જ પ્રકારની અને એટલી જ માત્રાની શક્તિઓ ખીલેલી હોય છે કે જેવી અને જેટલી એના પાર્થિવ જીવનને ટકાવવા પૂરતી

હોય. એનાં મન અને આત્મા એટલી જ મર્યાદિત માત્રામાં પ્રવૃત્ત થયાં હોય છે કે જેટલીની આવા પાર્થિવ જીવનને જરૂર પડે. પાર્થિવ જીવન અને શરીરમાં આત્મશક્તિનો માત્ર અંશ જ પ્રવૃત્ત થયેલો હોય છે, અને મનની ગુપ્ત શક્તિઓ પણ તેમાં સુપ્ત દશામાં રહેલી હોય છે. એમાં તો મોટે ભાગે શારીરિક શક્તિઓ અને નાડીતંત્ર કામ કરતાં હોય છે.

વાસ્તવમાં મન અને જીવન આ રીતે શરીરને પૂરી રીતે આધીન થઈને વર્તે એ અર્ધવિકસિત માનવતાનું જ લક્ષણ ગણાય; કેમકે, માણસની માનસિક ભૂમિકા જેટલી તીવ્રતાથી તેના જીવનને પ્રભાવિત કરતી હોય તેટલા જ પ્રમાણમાં તેની બધી શક્તિઓ, તેની બુદ્ધિમત્તા, ચેતના શક્તિ અને ઉચ્ચતર ઊર્મિઓ અને ભાવનાઓ જાગૃત થાય અને વૃદ્ધિ પામે. માણસની માનસિક શક્તિ જેમ જેમ વધતી જાય ને ખુલ્લી થતી જાય તેમ તેમ તે તેના પાર્થિવ શરીરને વધારે ને વધારે પ્રભાવિત કરે છે. છેવટે, સાત્વિક પ્રકૃતિ પ્રાપ્ત થઈ હોય તેવો માણસ સાચા જ્ઞાનની શુદ્ધ દૃષ્ટિથી પોતાનું આખું જીવન નિભાવતો થાય છે. પોતાના માનવ બંધુઓ સાથે તે પ્રેમ, સદ્ભાવ અને સુખસંતોષની ભાવનાથી આત્મીયતા અનુભવતો હોય છે. તેની ભાવનાઓ શુદ્ધ અને સૂક્ષ્મ બની આત્મદશાનો સ્પર્શ કરે છે, એની ઇન્દ્રિયો સ્થૂળ મટી સૂક્ષ્મ બને છે, અને એની બુદ્ધિ પાર્થિવ શરીરના અવરોધોને

વટાવી જઈ તથા ઇન્દ્રિયોના આવેગોની અશુદ્ધ અસરોથી મુક્ત એવી તેજસ્વી, શુદ્ધ અને સપ્રમાણ બને છે."

—શ્રી અરવિંદ : દિવ્યજીવન

अनन्यांश्च चिन्तयन्तो माम् ये जनाः पर्युपासते ।
तेषां नित्याभियुक्तानाम् योगक्षेमं वहाम्यहम् ।।

સાધકને શારીરિક, માનસિક અને આધ્યાત્મિક જરૂરિયાતો હોય છે. તે જરૂરિયાતો મેળવવા માટે. સાધના-પથની પોતાની સફરને સલામત બનાવવા માટે અને સાધનાના એકંદર સંઘર્ષમાંથી પોતાને બચાવવા માટે જગતનિયંતા પરમેશ્વર પાસે સાધક પ્રાર્થના કરે છે ને ભગવાન પોતે પણ ભક્તની એવી જરૂરિયાતો પૂરી કરવાની ચિંતા કરે છે. ભક્ત પણ "જો પહિરાવે સોઈ પહિરું, જો દે સોઈ ખાઉ" એવી નિઃસ્પૃહી મસ્તીમાં ઈશ્વર જે રીતે જીવાડે તે રીતે જીવીને પોતાને ધન્ય માને છે.

वयमिह परितुष्टा वल्कलैस्त्वम् दुकूलैः
सम इह परितोषो निर्विशेषो विशेषः ।
स हि भवति दरिद्रो यस्य तृष्णा विशाला ।
मनसि च परितुष्टे कोऽर्थवान् को दरिद्रः ।।

ભગવાન ભક્તની તૃષ્ણાને મારી નાખે છે ને એ રીતે એમના માનસિક દારિદ્રને દૂર કરે છે, ને તેમ કરી તેની ખરી જરૂરિયાતો ઓછી કરી નાખે છે. બીજી બાજુએ

તે ભક્તની શક્તિઓને અનેક ઘણી વધારી મૂકે છે. જેમ જેમ કુંડલિની-જાગૃતિ વધતી જાય છે તેમ તેમ ભક્તની પુરુષાર્થ-ક્ષમતા વધતી જાય છે. આમ સાત્ત્વિક મનોમય પુરુષની તૃષ્ણા ઘટેલી હોય છે અને આવક કરતાં ખર્ચ ઓછું થાય છે, વધારામાં બચત પણ થાય છે જે પરોપકારાર્થે અને આત્મોન્નતિ માટે તે વાપરે છે. મનોમય પુરુષ એ "સાદું જીવન અને ઉચ્ચ વિચાર"નો નમૂનો બને છે. ભગવાન પોતાના ભક્તની જરૂરિયાતો કેવી ખૂબીથી, કેવી સૂક્ષ્મ રીતે પૂરી પાડે છે!

માઈ મૈંને ગોવિંદ લીનો મોલ !
કોઈ કહે સસ્તા, કોઈ કહે મહંગા,
લીનો તરાજુ તોલ. ગોવિંદ લીનો....૧

કોઈ કહે ઘરમેં, કોઈ કહે બનમેં,
રાધાકે સંગ કિલોલ. ગોવિંદ લીનો....૨

મીરાં કે પ્રભુ ગિરધર નાગર,
આવત પ્રેમ કે ડોલ ગોવિંદ લીનો....૩.

○ ○ ○



૭. સાધના-પથ

જીવનનું લક્ષ્ય તું પિછાન—હો માનવી
જીવન એ તરવાની વિદ્યાનું નામ છે,
ભગવાને દોરી બાંધીને છોડયો છે,
ઉત્સાહે તરવાનું શીખ—હો માનવી

શિવ થકી જીવ થયો ધ્યાનમાં એ રાખજે,
સંતાકુકડીની એ તો લીલા માંડી છે.
શિવ બની તું લીલા ઉજાળ — હો માનવી

કુંડલિની-શક્તિની કર તું ઉપાસના,
ધ્યાનયોગ એની રામબાણ સાધના.
આત્માની ચેતના જગાવ — હો માનવી

આસન-પ્રાણામમથી સ્ફુર્તિ પામીને,
પ્રત્યાહાર-ધારણાની યુક્તિ લગાવીને
શાન્તિનો કર તું અભ્યાસ — હો માનવી

દિલની અભ્યાર્થના એ પહેલું પગથિયું,
દિલમાં મહાધુણી ધખાવ — હો માનવી
આત્માવસ્થાનું ભાન બીજું પગથીયું,
સાક્ષીરૂપ ભાવના દઢાવ — હો માનવી

"શિવોઽહમ્" ધ્યાન એ ધ્યાનનું શિખર છે
શિવ કૃપાનું અવતરણ થાય — હો માનવી

(अ) અભ્યાસયેાગ

श्रेयो हि ज्ञानम् अभ्यासात् ज्ञानात् ध्यानम् विशिष्यते ।

અભ્યાસયેાગ કરતાં જ્ઞાનયેાગ ચઢે, જ્ઞાનયેાગ કરતાં ધ્યાનયેાગ.

રાજયેાગને અભ્યાસયેાગ કહ્યો છે. એને ચિત્તવૃત્તિ-નિરેાધયેાગ પણ કહેવામાં આવે છે.

રાજયેાગમાં મનને શાન્ત-રજસ્; રજોગુણથી મુક્ત કરવાનું હેાય છે. ચિત્તની વૃત્તિએા જ્યાં જ્યાં દેાડતી હેાય ત્યાં ત્યાંથી પાછી વાવી ચિત્તને શૂન્ય બનાવવાનું હેાય છે, પાટી પર લીટા પડેલા હેાય તેમને ભૂંસી નાખવાના હેાય છે. આ થયેા ચિત્તવૃત્તિ-નિરેાધ અથવા પ્રત્યાહાર. તે પછી રજોગુણથી શાન્ત થએલા ચિત્તની ધારણા કરેા - ચિત્તને કેાઈ ઉત્તમ વિચાર પર કેન્દ્રિત કરેા.

આમ રાજયેાગના અભ્યાસમાં ચિત્તવૃત્તિને રેાકવાનેા પ્રત્યાહાર અને તેને સદ્‌વિચારમાં વાળવાની ધારણા એ બે પ્રક્રિયાએા સમાયેલી છે. જીવનમાં કેાઈ મિશન-જીવનકાર્ય-નિશ્ચિત હેાય અને અંતર્મુખ થઈ ચિત્તવૃત્તિ તપાસવાની ટેવ હેાય હેાય તેા ચિત્ત સહજ રીતે મિશનમાં ગૂંથાયેલું રહે છે, રાજયેાગ સહજ બને છે.

राज-योग

यम-नियम, आसन-प्राणायाम प्रत्याहार-धारणा

राजयोग—અભ્યાસ અને વૈરાગ્યથી મનને શાન્તરજસ્ એટલે રજોગુણથી મુક્ત કરવાની યુક્તિ.

यम-नियम મનને નૈતિક રીતે પવિત્ર બનાવે છે. આસન-પ્રાણાયામ શરીરની તામસિકતા-જડતા દૂર કરે છે. પ્રત્યાહાર એટલે મનને ઇન્દ્રિયોના વ્યાપારોમાંથી પાછું ખેંચવું. ધારણા એટલે ઇન્દ્રિયોના વ્યાપારોમાંથી પાછા વાળેલા મનને એકાદ વિચાર કે વસ્તુ પર એકાગ્ર કરવું.

અભ્યાસ એટલે પ્રત્યાહારનો-ઇન્દ્રિયોના વ્યાપારોમાંથી મનને છૂટું કરવાનો નિયમત અને સતત મહાવરો. વૈરાગ્ય એટલે ઇન્દ્રિયોના વ્યાપારોમાં મનનો રસ ઓછો થવો અને શુદ્ધ થવો.

यम

સત્ય (મન, વચન, કર્મથી સત્ય આચાર)

અસ્તેય (બીજાઓની વસ્તુ પડાવવાની ઇચ્છાનો અભાવ)

બ્રહ્મચર્ય (સંયમ)

અપરિગ્રહ (આવશ્યકતા કરતાં વધારે સંગ્રહ કરવાની ઇચ્છાનો અભાવ)

नियम

તપ (કુવિચારોને ટાળવાનું માનસિક તપ)

સ્વાધ્યાય (સતત સાધના)

સંતોષ (અસ્તેય-અપરિગ્રહનું પરિણામ)
શૌચ (વિચાર અને આચારની શુદ્ધિ)
ઈશ્વર-પ્રણિધાન (ઈશ્વરની ભક્તિ)

अर्जुन उवाच

चञ्चलं हि मनः कृष्ण ! प्रमाथि बलवद् दृढम् ।
तस्याहं निग्रहं मन्ये वायोर् इव सुदुष्करम् ॥ ९३ (६–३४)

श्री भगवान् उवाच

असंशयं महाबाहो ! मनो दुर्निग्रहं चलम् ।
अभ्यासेन तु कौन्तेय ! वैराग्येण च गृह्यते ॥ ९४ (६–३५)

योगी युञ्जीत सततम् आत्मानं रहसि स्थितः ।
अेकाकी यतचित्तात्मा निराशीर् अपरिग्रहः ॥ ९५ (६–१०)

तत्रैकाग्रं मनः कृत्वा यतचित्तेन्द्रियक्रियः ।
उपविश्यासने युञ्ज्याद् योगम् आत्मविशुद्धये ॥ ९६ (६–१२)

समंकायशिरोग्रीवम् धारयन् अचलं स्थिरः ।
संप्रेक्ष्य नासिकाग्रं स्वम् दिशश्च चानवलोकयन् ॥ ९७ (६–१३)

अपाने जुह्वति प्राणम् प्राणेऽपानं तथापरे ।
प्राणापानगती रुद्ध्वा प्राणायामपरायणाः ॥ ९८ (४–२९)

प्रशान्तात्मा विगतभीर् ब्रह्मचारिव्रते स्थितः ।
मनः संयम्य मच्चित्तो युक्त आसीत मत्परः ॥ ९९ (६–१४)

यदा विनियतं चित्तम् आत्मन्येवावतिष्ठते ।
निःस्पृहः सर्वकामेभ्यो युक्त इत्युच्यते तदा ॥ १०० (६–१८)

यथा दीपो निवातस्थो नेङ्गते सोपमा स्मृता ।
योगिनो यतचित्तस्य युञ्जतो योगम् आत्मनः ॥ १०१ (६-१९)

यत्रोपरमते चित्तं निरुद्धम् योगसेवया ।
यत्र चैवात्मनात्मानम् पश्यन् आत्मनि तुष्यति ॥ १०२ (६-२०)

प्रत्याहार

सङ्कल्पप्रभवान् कामान् त्यक्त्वा सर्वान् अशेषतः ।
मनसैवेन्द्रियग्रामम् विनियम्य समन्ततः ॥ १०३ (६-२४)

शनैः शनैर् उपरमेद् बुद्धया धृतिगृहीतया ।
आत्मसंस्थं मनः कृत्वा न किञ्चिदपि चिन्तयेत् ॥ १०४ (६-२५)

यतो यतो निश्चरति मनश् चञ्चलम् अस्थिरम् ।
ततस् ततो नियम्यैतद् आत्मन्येव वशं नयेत् ॥ १०५ (६-२६)

प्रशान्तमनसं ह्येनम् योगिनं सुखम् उत्तमम् ।
उपैति शान्तरजसम् ब्रह्मभूतम् अकल्मषम् ॥ १०६ (६-२७)

युञ्जन्नेवं सदात्मानम् योगी विगतकल्मषः ।
सुखेन ब्रह्मसंस्पर्शम् अत्यन्तं सुखम् अश्नुते ॥ १०७ (६-२८)

धारणा

सर्वभूतस्थम् आत्मानम् सर्वभूतानि चात्मनि ।
ईक्षते योगयुक्तात्मा सर्वत्र समदर्शनः ॥ १०८ (६-२९)

यो मां पश्यति सर्वत्र सर्वं च मयि पश्यति ।
तस्याहं न प्रणश्यामि स च मे न प्रणश्यति ॥ १०९ (६-३०)

सर्वभूतस्थितं यो माम् भजत्येकत्वम् आस्थितः ।
सर्वथा वर्तमानोऽपि स योगी मयि वर्तते ॥ ११० (६-३१)

आत्मौपम्येन सर्वत्र समं पश्यति योऽर्जुन ।
सुखं वा यदि वा दुःखम् स योगी परमो मतः ॥ १११ (६-३२)

અર્જુન બોલ્યા

મન ચંચળ છે કૃષ્ણ, તોફાની બળવાન બહુ,
તેનો નિગ્રહ તો માનું વાયુશો કપરો ઘણો. ૧

શ્રી ભગવાન બોલ્યા

મન ચંચળ છે, સાચે, રોકવું કપરું અતિ
અભ્યાસે, વળી વૈરાગ્યે તોયે તેને જીતાય છે. ૨

આશા-પરિગ્રહો છોડી, મન-બુદ્ધિ કરી વશ.
યોગીએ યોજવો આત્મા, એકાન્તે, નિત્ય, એકલા. ૩

કરીને મન એકાગ્ર રોકી ચિત્તેન્દ્રિયક્રિયા
બેસીને આસને યોગ યોજવો, આત્મશુદ્ધિનો. ૪

કાયા, મસ્તકને ડોક સીધાં, નિશ્ચળ ને સ્થિર,
રાખવી દૃષ્ટિ નાસાગ્રે આસપાસ ન ભાળવું. ૫

અપા પ્રાણને હોમે તથા પ્રાણે અપાનને
અપાન-પ્રાણને રોકે પ્રાણાયામ ઉપાસકો. ૬

શાન્તવૃત્તિ, ભયે મુક્ત, વ્રતસ્થ, મત્પરાયણ,
મનને સંયમે રાખી મુજમાં ચિત્ત જોડવું. ૭

નિયમે પૂર્ણ રાખેલું ચિત્ત આત્મા વિષે ઠરે,
નિઃસ્પૃહ કામનાથી સૌ, ત્યારે તે યુક્ત જાણવો. ૮

વાયુહીન સ્થળે જેમ હાલે ના જ્યોત દીપની,
સંયમી આત્મયોગીના ચિત્તની ઉપમા કહી. ૯

યોગાભ્યાસે નિરોધેલું જ્યાં લે ચિત્ત વિરામને,
જ્યાં પેખી આત્મથી આત્મા પામે સંતોષ આત્મમાં. ૧૦

પ્રત્યાહાર

સંકલ્પે ઊઠતા કામો સંપૂર્ણ સઘળા ત્યજી,
મનથી ઇન્દ્રિયોને સૌ બધેથી નિયમે કરી, ૧૧

ધીરેધીરે થવું શાન્ત, ધૃતિને વશ બુદ્ધિથી,
આત્મામાં મનને રાખી, ચિંતવવું નહિ કાંઈયે. ૧૨

જ્યાંથી જ્યાંથી ચળી જાય મન ચંચળ, અસ્થિર,
ત્યાં ત્યાંથી નિયમે લાવી આત્મામાં કરવું સ્થિર. ૧૩

પ્રશાન્ત-મન, નિષ્પાપ, બ્રહ્મરૂપ થયેલ તે
શાન્ત-વિકાર યોગીને મળે છે સુખ ઉત્તમ. ૧૪

આમ નિષ્પાપ તે યોગી આત્માને યોજતો સદા,
સુખેથી બ્રહ્મ સંબંધી અત્યંત સુખ ભોગવે. ૧૫

ધારણા

યોગે થયેલ યુક્તાત્મા સર્વત્ર સમ દૃષ્ટિનો
દેખે સૌ ભૂતમાં આત્મા ને સૌ ભૂતોય આત્મમાં. ૧૬

જે સર્વત્ર મને દેખે, સર્વને મુજમાં વળી,
તેને વિયોગ ના મારો, મને તેનોય ના થતો. ૧૭

જે ભજે એકનિષ્ઠાથી સર્વભૂતે રહ્યા મને,
વર્તતાં સર્વ રીતેયે તે યોગી મુજમાં રહ્યો. ૧૮

આત્મસમાન સર્વત્ર જે દેખે સમબુદ્ધિથી,
જે આવે સુખ કે દુઃખ, તે યોગી શ્રેષ્ઠ માનવો. ૧૯

(વ) ત્રિવિધ ધ્યાન

ધ્યાનયોગના ત્રણ પ્રકાર છે, (૧) હૃદયની અભ્યર્થના, (૨) ઉપદ્રષ્ટા ધ્યાન (૩) શિવોડહમ્ ધ્યાન

રાજયોગ એ માનસિક સાધના છે. ધ્યાનયોગ એ આધ્યાત્મિક સાધના છે.

(૧) હૃદયની અભ્યર્થના

હૃદયની અભ્યર્થનામાં દિલમાં જીવને જગાડવાની તાલાવેલી લગાડવાની હોય છે, જીવ પ્રકૃતિમાં ડૂબેલો રહે છે તેને પ્રકૃતિથી ઉપર ઉઠાવવા માટે હૃદયમાં પોકાર

ઉઠાવવાનો હોય છે. હૃદયને હલાવવાનું એટલા માટે કે જીવનું સ્થાન હૃદય છે. सर्वस्य चाहं हृदि सन्निविष्टः । અને તેથી જ हृदयेन हि सत्यम् जानाति । હૃદયથી જ સત્ય સમજાય છે.

હૃદયની તાલાવેલી જગાડવાની બાબતમાં બે વિભૂતિઓ માર્ગદર્શન આપે છે—રામકૃષ્ણ પરમહંસ અને મીરાં.

રામકૃષ્ણને એક સાધકે પૂછ્યું "ઈશ્વર–સાક્ષાત્કાર કઈ રીતે થાય?" રામકૃષ્ણે તેને પૂછ્યું, "પાણીમાં ડૂબકી મારેલા માણસમાં જેવી ગૂંગળામણ થાય છે, બહાર નીકળવા જેવો તરવરાટ થાય છે એવો તરવરાટ ઈશ્વર પ્રાપ્તિ માટે તારા દિલમાં થાય છે? એ માટે તારું અંતર આર્તનાદ કરીને રડે છે ખરું? એ તરવરાટ, એવું રડવું, આર્તનાદ કરીને ઈશ્વરને પોકારવો એ જ ઈશ્વર પ્રાપ્તિનો માર્ગ છે."

મીરાંએ તો આર્તનાદને જ ગજાવ્યો છે.

(૧) જબસે તુમ બિછુડે, મેરે પ્રભુજી,
કબહુ ન પાયો ચૈન.

(૨) દિલમેં લગી આગ.

(૩) ઊલટ ભઈ મોરે નયનનકી.
મોરી લાગી લગન ગુરુચરનનકી.

(૪) એસી લાગી લગન, મીરા હો ગઈ મગન;
વો તો ગલી ગલી હરિગુન ગાને લગી.

(૫) અસુઅન જલ સિંચ સિંચ પ્રેમ બેલ બોઈ
મીરા પ્રભુ લગન લગી, હોની હો સો હોઈ
મેરે તો ગિરિધર ગોપાલ દુસરા ન કોઈ ।

હૃદયના પોકાર દ્વારા જીવને જગાડવાનું આ ધ્યાન છે.

પોકારની ધૂન : દિલથી પોકારવાની

હરે રામ હરે રામ રામ રામ હરે હરે ।
હરે કૃષ્ણ હરે કૃષ્ણ કૃષ્ણ કૃષ્ણ હરે હરે ॥

o o o

આત્મસાધનામાં મુખ્ય ભાગ જીવની જાગૃતિએ ભજવવાનો હોય છે. જીવની જાગૃતિ માટે અને સાથે સાથે પ્રકૃતિની શુદ્ધિ માટે હૃદયની તાલાવેલી પૂર્વક અભ્યર્થના એ જ હૃદયનું ધ્યાન. હૃદયનું ધ્યાન એટલા માટે કે જીવનું સ્થાન હૃદય છે, હૃદ્દેશે તિષ્ઠતિ !

હૃદય જેમ લોહીને નસોમાં વહેવડાવવા માટે પંપનું કામ કરે છે તેવી જ રીતે હૃદયની તાલાવેલી પ્રકૃતિની બધી ભાવનાઓને પરમાત્મા તરફ વહેવડાવે છે.

પંપ તરીકે હૃદય બીજું કામ જીવને પ્રકૃતિમાંથી બહાર ખેંચવાનું કરે છે. જીવને એ રીતે પ્રકૃતિથી છૂટો

પાડવા હૃદયમાં તીવ્ર આકાંક્ષા, તાલાવેલી જાગે છે, જાણે જીવને જગાડવા માટે સતત અભ્યર્થના ચાલુ રહે છે. આ અભ્યર્થના એટલી શાંત છતાં ઉગ્ર બને છે કે જાણે 'દિલમેં લગી આગ' જેવી પરિસ્થિતિ પેદા થાય છે. દિલની આ આગની આંચ જીવને લાગે છે અને સાત્ત્વિક પ્રકૃતિના પારદર્શક અને પાતળા પડદાને ચીરીને તે બહાર નીકળે છે. હવે પ્રકૃતિથી છૂટા પડેલા જીવની સાધના શરૂ થાય છે, અને શિવનું અવતરણ પોતામાં થાય તેવી શિવને તે પ્રાર્થના કરે છે.

જીવ ममैवांशः પોતે ઈશ્વરનો અંશ હોઈ પોતાના અસલી સ્વરૂપને પહોંચવા તલપાપડ થાય છે, ચિત્-શક્તિથી પોતે છૂટા પડયાની તીવ્ર બેચેની અનુભવે છે.

જબસે તુમ બિછુડે મેરે પ્રભુજી,
કબહુ ન પાયો ચૈન.

o o o

ઘૂંઘટકા પટ ખોલ રે। તોહે પિયા મિલેંગે
ઘટ ઘટમેં વહ સાંઈ રમતા કટુક વચન મત બોલ રે ॥
ધન-જોબનકો ગરબ ન કીજૈ ઝૂઠા પચરંગ ચોલ રે।
સુન્ન મહલમેં દિયના બારિલે આસનસોં મત ડોલ રે ॥
જાગ જુગુતસોં રંગ-મહલમેં પિય પાયો અનમોલરે।
કહૈ કબીર આનંદ ભયો હૈ, બાજત અનહુત ઢોલ રે ॥

—o—

મોરી લાગી લટક ગુરુ-ચરનનકી
ચરન બિના મુઝે કછુ નહીં ભાવે,
જૂઠ માયા સબ સપનનકી. ૧

ભવસાગર સબ સૂખ ગયા હૈ,
ફિકર નહીં મુઝે તરનનકી. ૨

મીરાં કહે પ્રભુ ગિરિધર નાગર!
ઊલટ ભઈ મોરે નયનનકી. ૩

૦ ૦ ૦

અસત્યો માંહેથી પ્રભુ! પરમ સત્યે તું લઈ જા,
ઊંડા અંધારેથી પ્રભુ! પરમ તેજે તું લઇ જા,
મહા મૃત્યુમાંથી અમૃત સમીપે નાથ લઈ જા,
તું હીણો હું છું તો તુજ દરસનાં દાન દઈજા,
પિતા પેલો આઘે જગત વીંટતો સાગર રહે,
અને વેગે પાણી સકળ નદીનાં તે ગમ વહે;
વહો એવાં નિત્યે મુજ જીવનનાં સર્વ ઝરણાં,
દયાના પુણ્યોના તુજ પ્રભુ! મહાસાગર ભણી.

૦ ૦ ૦

પ્યારે દરસન દીજે આજ,
તુમ બિન રહ્યો ન જાય.
જલ બિન કમલ, ચંદ બિન રજની
ऐसे તુમ દેખ્યો બિન સજની.

આકુલ વ્યાકુલ ફિરું રૈન-દિન,
બિરહ કલેજો ખાય
દિવસ ન ભૂખ નીંદ નહીં હના,
મુખસુ કથત ન આવે બૈના,
કહાં કહુ કછુ કહત ન આવે,
મિલકર કપટ બુઝાય.

ક્યોં તરસાવો અંતરયામી,
આય મિલો કિરપા કર સ્વામી;
મીરાં દાસી જનમ જનમકી
પડી તિહારો પાય,

૦ ૦ ૦

પાયોજી મંને રામ-રતન ધન પાયો.
વસ્તુ અમોલિક દી મેરે સતગુરુ,
કિરપા કર અપનાયો. ૧

જનમ જનમકી પૂંજી પાઈ,
જગમેં સભી ખોવાયો. ૨

ખરચૈ ન ખૂટે, વાકો ચોર ન લૂટે,
દિન દિન બઢત સવાયો. ૩

સતકી નાવ, ખેવટિયા સતગુરુ,
ભવસાગર તર આયો. ૪

મીરાંકે પ્રભુ ગિરિધર નાગર
હરખ હરખ જસ ગાયો. ૫

(૨) ઉપદ્રષ્ટા ધ્યાન

ઉપદ્રષ્ટા ધ્યાનનું સ્થાન ભ્રૂકુટિ છે. આ ધ્યાનમાં પોતાની ચિત્તવૃત્તિઓને તટસ્થ રીતે નિહાળો, રાજસિક વૃત્તિઓને રોકો અને બીજા જીવો સાથે તાદાત્મ્ય અનુભવો એવી ત્રિવિધ સાધના કરવાની હોય છે. પ્રકૃતિમાં જેટલી રાજસિકતા ઘટી સાત્વિકતા વધશે તેટલું તાદાત્મ્ય સધાશે. આ તાદાત્મ્યભાવ એ જ જીવની જુદાપણાની ભાવનાથી મુક્તિ કે મોક્ષ છે.

જીવે પ્રથમ આત્મા બનવું જોઈએ ને તે પછી જ તે પરમાત્મામાં ભળી શકે છે. आत्मनि अथो मयि ।

सर्वभुतेषु येनैकम् भावम् अव्ययम् ईक्षते ।
अविभक्तम् विभक्तेषु तज ज्ञानम् विद्धि सात्त्विकम् ॥ (१७।२०)

જીવે આત્મા બનવું હોય તો તેણે સાત્વિક જ્ઞાનપૂર્વક જુદાપણાની ભાવનાવાળા જીવોમાં એક અવિભક્ત આત્માનું દર્શન કરવું જોઈએ, બધા જીવો સાથે તાદાત્મ્ય અનુભવવું જોઈએ. આ તાદાત્મ્ય અનુભવવાની સાધના એ ઉપદ્રષ્ટા ધ્યાન છે.

રાજસિક વૃત્તિઓને રોકવાના વ્યાયામથી પ્રકૃતિ સાત્વિક બનતી જાય છે. રાજયોગમાં મન રાજસિક વૃત્તિઓને રોકતું હતું. અહીં તટસ્થ બનેલો અનુમન્તા-આત્મા રોકે છે – નબળી પાડે છે. પ્રકૃતિ જેમ જેમ સાત્વિક

બનતી જાય છે તેમ તેમ બીજા જીવો સાથે તાદાત્મ્યની ભૂમિકા બંધાતી જાય છે. એ ભૂમિકાને દૃઢ કરવા सर्वभूतहिते रत ની પ્રવૃત્તિ વધારતા જવું જોઈએ. सर्वभूतहिते रत ની પ્રવૃત્તિ એ જ તાદાત્મ્ય ભાવનાની સાધના છે. આમ પોતાની પ્રકૃતિથી ઉપર ઊઠીને બીજા જીવો સાથે તાદાત્મ્ય સાધવાથી જ જીવનો આત્મા બને છે ને તે પરમાત્મામાં ભળી શકે છે. એ જ सर्वभूतहिते रत–ની પ્રવૃત્તિનું મહત્ત્વ છે.

આત્મા ઉપદ્રષ્ટા તરીકે પ્રકૃતિથી અલિપ્ત થઈને તેની પ્રવૃત્તિઓને તટસ્થ દૃષ્ટિએ સાક્ષીરૂપે નિહાળ્યા કરે છે, તેમાં રસ લેતો નથી. પ્રકૃતિની પ્રવૃત્તિઓ તામસિક, રાજસિક કે સાત્ત્વિક છે તેનું સૂક્ષ્મ નિરીક્ષણ તે કરી શકે છે. એ ઓળખાણ થયા પછી આત્મા અનુમન્તા તરીકે વર્તે છે: અનુમન્તાનું કામ પ્રકૃતિને તેની પ્રવૃત્તિઓ કરવા માટે અનુમતિ કે સમ્મતિ આપવાનું છે. સ્પષ્ટ છે કે અનુન્મતા સાત્ત્વિક પ્રવૃત્તિઓને ચાલવા દેવા માટે જ અનુમતિ આપે, રાજસિક કે તામસિક પ્રવૃત્તિઓ માટે નહિ. અને અનુમતિ ન મળે તો તેવી પ્રવૃત્તિઓ આપોઆપ જ શિથિલ થઈ અટકી પડે.

ઉપદ્રષ્ટા ધ્યાનમાં ઉપદ્રષ્ટાના સાક્ષીરૂપ પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવાનું. પોતાની અંદર જે વિચારો ઊઠતા હોય કે આસપાસ જે બનાવો બનતા હોય તે બધાને માત્ર સાક્ષીરૂપે જોયા કરવા, એ બધાને પોતાની અંદરની નહિ પણ

બહારની વસ્તુઓ ગણવી; નહિ સમ્મતિ, નહિ અસમ્મતિ, માત્ર જોયા જ કરવા. એ રીતે મન પોતાની મેળે શાન્ત થઈ જાય છે, તેને ખેંચતાણથી શાન્ત કરવું પડતું નથી, મનના ઉધામા પોતાની મેળે જ થાકીને શાંત પડી જાય છે. હવે અનુમન્તા તરીકે પોતાની અંદર ઊઠતા કે બહારથી આવતા વિચારોને તપાસવા અને તેમને તરત જ રોકવા, મનને એ વિચારોને વાગોળવા ન દેવા, તરત જ તેમને ફેંકી દેવા. વાગોળવા દેવાથી મન એમાં ચોંટે છે અને તેના રાગદ્વેષો સતેજ થાય છે.

એહ પરમ-પદ-પ્રાપ્તિનું ધર્યું ધ્યાન મેં,
ગજા વગરનો હાલ મનોરથ રૂપ જો;
તો પણ નિશ્ચય રાજચંદ્ર મનને રહ્યો,
પ્રભુ-આજ્ઞાએ થાશું તે જ સ્વરૂપ જો.

— ° —

प्रकृत्यैव च कर्माणि क्रियमाणानि सर्वशः ।
यः पश्यति तथात्मानम् अकर्तारं स पश्यति ॥ ११२ (१३-२९)
कर्मण्यकर्म यः पश्येत् अकर्मणि च कर्म यः ।
स बुद्धिमान् मनुष्येषु स युक्तः कृत्स्नकर्मकृत् ॥ ११३ (४-१८)
नान्यं गुणेभ्यः कर्तारम् यदा द्रष्टानुपश्यति ।
गुणेभ्यश्च परं वेत्ति मद्भावं सोऽधिगच्छति ॥ ११४ (४-१९)
यस्य सर्वे समारम्भाः कामसंकल्पवर्जिताः ।
ज्ञानाग्निदग्धकर्माणम् तम् आहुः पंडितं बुधाः ॥ ११५ (४-१९)

गतसङ्गस्य मुक्तस्य ज्ञानावस्थितचेतसः ।
यज्ञायाचरतः कर्म समग्रम् प्रविलीयते ॥ ११६ (४–२३)

योगस्थः कुरु कर्माणि सङ्गम् त्यक्त्वा धनंजय ! ।
सिद्ध्यसिद्ध्योः समो भूत्वा समत्वं योग उच्यते ॥ ११७ (२–४८)

इहैव तैर् जितः सर्गो येषां साम्ये स्थितं मनः ।
निर्दोषं हि समं ब्रह्म तस्मात् ब्रह्मणि ते स्थिताः ॥ ११८ (५–१९)

शक्नोतीहैव यः सोढुम् प्राक्शरीरविमोक्षणात् ।
कामक्रोधोद्भवं वेगं स युक्तः स सुखी नरः ॥ ११९ (५–२३)

योऽन्तः सुखोऽन्तरारामस् तथान्तर्ज्योतिरेव यः ।
स योगी ब्रह्मनिर्वाणम् ब्रह्मभूतोऽधिगच्छति ॥ १२० (५–२४)

या निशा सर्वभूतानाम् तस्यां जागर्ति संयमी ।
यस्यां जाग्रति भूतानि सा निशा पश्यतो मुनेः ॥ १२१ (२–६९)

પ્રકૃતિ તંત્રને લીધે કર્મો સર્વ થતાં રહે
આત્મા તો ન કરે કાંઇ આત્માનું એ જ દર્શન.

અકર્મ કર્મમાં દેખે, કર્મ દેખે અકર્મમાં
તે બુદ્ધિમાન મનુષ્યોમાં યોગી તે પૂર્ણ કર્મવાન.

ગુણો વિના ન કર્તા કો, જ્યારે દ્રષ્ટા પિછાણતો
ત્રિગુણાતીતને જાણે તે પામે મુજ ભાવને.

કરે જે સર્વ કર્મોને કામ-સંકલ્પ છોડીને
બાળ્યાં છે જ્ઞાનથી કર્મ તેને કહેવાય પંડિત

છૂટ્યો સંગ થયો મુક્ત, જ્ઞાનમાં સ્થિર ચિત્તનો
યજ્ઞાર્થ કરતો કર્મો, તે કર્મો લય પામતાં.

ફળ લાભ મળે કે ના તેમાં આસક્તિને ત્યજી
યોગમાં રહી કર કર્મો સમતા તેજ યોગ છે.

અહિંજ જન્મને જીત્યા સમત્વે મન રાખીને
નિર્દોષ સમ છે બ્રહ્મ બ્રહ્મમાં સ્થિર થાય તે.

પ્રયત્ને મૃત્યુપૂર્વેજ આ દેહે જીરવી શકે
કામક્રોધ તણા વેગો તે યોગી તે ખરો સુખી.

પ્રકાશ, સુખને શાંતિ જેને અંતરમાં મળ્યાં
થઈને બ્રહ્મ તે યોગી બ્રહ્મ-નિર્વાણ પામતો.

રાત જે સર્વ ભૂતોની ત્યારે જાગ્રત સંયમી
જાગે ભૂતો બધા જ્યારે જ્ઞાની યોગી તણી નિશા.

अनुमन्ता

विषया विनिवर्तन्ते निराहारस्य देहिनः ।
रसवर्जं रसोऽप्यस्य परं दृष्ट्वा निवर्तते ॥ १२२ (२–५९)

ध्यायतो विषयान् पुंसः सङ्गस् तेषूपजायते ।
सङ्गात् सञ्जायते कामः कामात् क्रोधोऽभिजायते ॥ १२३ (२–६२)

क्रोधाद् भवति सम्मोहः सम्मोहात् स्मृतिविभ्रमः ।
स्मृतिभ्रंशाद् बुद्धिनाशो बुद्धिनाशात् प्रणश्यति ॥ १२४ (२–६३)

नास्ति बुद्धिर् अयुक्तस्य न चायुक्तस्य भावना ।
न चाभावयतः शान्तिर् अशान्तस्य कुतः सुखम् ॥ १२५ (२–६६)

इन्द्रियाणां हि चरताम् यन्मनोऽनुविधीयते ।
तदस्य हरति प्रज्ञाम् वायुर् नावम् इवाम्भसि ॥ १२६ (२–६७)

ध्यान

बुद्धया विशुद्धया युक्तो धृत्यात्मानं नियम्य च ।
शब्दादीन् विषयांस् त्यक्त्वा राग द्वेषौ व्युदस्य च ॥ १२७ (१८–५१)

विविक्त–सेवी लघ्वाशी यत–वाक्–काय–मानसः ।
ध्यानयोगपरो नित्यः वैराग्यं समुपाश्रितः ॥ १२८ (१८–५२)

अहंकारं बलं दर्पं कामं क्रोधं परिग्रहम् ।
विमुच्य निर्ममः शान्तो ब्रह्मभूयाय कल्पते ॥ १२९ (१८–५३)

ब्रह्म–भूतः प्रसन्नात्मा न शोचति न कांक्षति ।
समः सर्वेषु भूतेषु मद्भक्तिं लभते पराम् ॥ १३० (१८–५४)

भक्त्या माम् अभिजानाति यावान् यश् चास्मि तत्त्वतः ।
ततो मां तत्त्वतो ज्ञात्वा विशते तदनंतरम् ॥ १३१ (१८–५५)

અનુમન્તા

નિરાહાર બળે બાહ્ય ત્યજે વિષય સાધક
ટકે લો ભીતરી સ્વાદ સુકાયે આત્મ દર્શને.

વિષયો વાગોળ્યાથી તેમાં આસક્તિ ઊપજે
જન્મે આસક્તિથી કામ, કામથી ક્રોધ નીપજે.

ક્રોધમાં મોહનાં મૂળ મોહથી સ્મૃતિ-લોપ છે
સ્મૃતિ-લોપે બુદ્ધિ-નાશ, બુદ્ધિ-નાશે વિનાશ છે.

અયોગીને નથી બુદ્ધિ અયોગીને ન ભાવના
ભાવના વિણ શાંતિ ના વિના શાંતિ સુખેય ક્યાં ?

વર્તતાં ઇન્દ્રિયો સ્વૈર તે પૂંઠે મન દોડતું.
તેથી નાવ સમી પ્રજ્ઞા ખેંચાયે વાયુથી જલે.

ધ્યાન

વિશુદ્ધ બુદ્ધિથી યુક્ત ધૃતિથી મનને ધરી
શબ્દાદિ વિષયો છોડી, રાગદ્વેષો બધા હણી;

મન વાક્ તનુ નાથીને એકાંતે અલ્પ ખાઈને
નિમગ્ને ધ્યાન યોગે જે દૃઢ વૈરાગ્યને ધરી;

બળ, દર્પ, અહંકાર, કામ, ક્રોધ, પરિગ્રહ
મમત્વ સહુ છોડીને શાંતિથી બ્રહ્મમાં ભળે.

બ્રહ્મનિષ્ઠ, પ્રસન્નાત્મા કરે ના શોક કામ ના
સમાન દ્રષ્ટિનો પામે મારી પરમ ભક્તિને.

ભક્તિથી તત્ત્વતઃ જાણે કોણ હું કેવડો વળી
તત્ત્વથી તે મને જાણી મારામાં જ ભળી જતો.

(૩) શિવોઽહમ્ ધ્યાન

પ્રકૃતિમાં ડૂબેલા જીવને પોતે શિવનો અંશ, અરે પોતે શિવજ છે, શિવોઽહમ્ એવું ભાન ન રહે, પોતે પ્રકૃતિમય હોવાનો તેને મોહ કે ભ્રમ થાય તો પોતે શિવ હોવાની સ્મૃતિનો લોપ થઈ જાય છે. જીવ પ્રથમ પ્રકૃતિથી છૂટો પડે અને પછી ઉપદ્રષ્ટા બને તો आत्मनि अथो मयि એ ક્રમે તે નારાયણ બનવાની ભૂમિકાએ પહોંચે છે. પોતે નારાયણ હોવાની સ્મૃતિ તેને પ્રાપ્ત થતી જાય છે. આમ સ્મૃતિભંશ થયો હોય તે નર સ્મૃતિ લાભ થતાં નારાયણ બને છે.

ઉપદ્રષ્ટા ધ્યાન સુધી આત્મા પોતે પ્રવૃત્ત થાય છે. શિવોઽહમ્ ધ્યાનમાં શિવ પોતે સાધનાનો હવાલો સંભાળે છે, શિવ કૃપાનું અવતરણ થાય છે, ઈશ્વરનું શરણ મળે છે.

શિવોઽહમ્ ધ્યાન એ ઈશ્વર–શરણનું ધ્યાન છે. એમાં ઉપદ્રષ્ટા શિવમાં લીન થઈ જાય છે. તેમાં શિવોઽહમ્–હું શિવ છું એ ભાવનું ધ્યાન ધરવાનું હોય છે. શિવોઽહમ્ ધ્યાનમાં જીવ–ઉપદ્રષ્ટા–શિવ એ ત્રણેની જુદી જુદી ઇચ્છાઓનું મિલન થાય છે, ત્રણે ઇચ્છાઓ એકરૂપ બને છે. એટલે કે નરનો નારાયણ થાય છે; જીવની પ્રકૃતિના भावाः मद्भाव બને છે.

બ્રહ્મ–નિર્વાણ અને શિવોઽહમ્‌માં આજ મુખ્ય ફરક છે. નિર્વાણમાં પ્રકૃતિ શુદ્ધ–સાત્વિક બને છે, શિવોઽહમ્‌માં

પ્રકૃતિનું રૂપાંતર થાય છે પ્રકૃતિ દિવ્ય બને છે, શિવની चित्-शक्ति પોતાના અસલ સ્વરૂપને પ્રાપ્ત કરે છે, શિવરૂપ બનેલો જીવ શિવના લોકસંગ્રહના વિશ્વના વિકાસ ક્રમમાં પોતે નિમિત્ત બની ફાળો આપે છે.

સુને રી મૈને નિર્બલકે બલ રામ.
અપ–બલ, તપ–બલ ઔર બાહુ–બલ
ચૌથા હે બલ દામ,
સૂર કિશોર કૃપાસે સબ બલ
હારે કો હરિનામ.

જીવનો આત્મા બનતાં આત્મા પ્રકૃતિથી તટસ્થ થઈ જાય છે, પ્રકૃતિના પ્રભાવમાંથી મુક્ત બને છે, પણ પ્રકૃતિ સાત્વિક બનીને અટકી જાય છે, પ્રકૃતિનું રૂપાંતર થતું નથી. પ્રકૃતિનું રૂપાંતર પરમાત્માજ કરી શકે છે. આત્માની સ્વભાવની પ્રકૃતિને પરમાત્મા પોતાની चित्-शक्तिમાં ફેરવે છે. પછી તો આત્માને પોતાના મૂળ સ્વરૂપનું सत् चित् आनंद સ્થિતિનું ભાન થાય છે.

नष्टो मोहः स्मृतिर्लब्धा त्वत् प्रसादात् मयाऽच्युत ! ।
स्थितोस्मि गतसंदेहः करिष्ये वचनम तव ॥ (१८–७३)

એ ભાન થતાં આત્માની ઇચ્છા એ પરમાત્માની ઈચ્છામાં ભળી જાય છે, પરમાત્માની જગ વિકાસની લીલામાં પોતાનો ફાળો આપે છે.

મને ચાકર રાખો જી !

આત્મદશા પ્રાપ્ત કરવા માટે જેમ સર્વભૂતહિતની પ્રવૃત્તિની સાધના કરવાની હોય છે તેમ શિવ બનવા આત્માએ લોકસંગ્રહની–ધર્મસંસ્થાપનની પ્રવૃત્તિને પોતાનું જીવનકાર્ય-મિશન બનાવવું રહ્યું.

धून

चिदानंदरूपः शिवोऽहम् शिवोऽहम् ।

सर्वधर्मान् परित्यज्य मामेकं शरणं व्रज ।
अहं त्वा सर्वपापेभ्यो मोक्षयिष्यामि मा शुचः ॥ १३२ (१८–६६)

पत्रं पुष्पं फलं तोयं यो मे भक्त्या प्रयच्छति ।
तदहं भक्त्युपहृतम् अश्नामि प्रयतात्मनः ॥ १३३ (९-२६)

यत्करोषि यद् अश्नासि यज् जुहोषि ददासि यत् ।
यत् तपस्यसि कौन्तेय ! तत् कुरुष्व मदर्पणम् ॥ १३४ (९–२७)

वीतरागभयक्रोधा मन्मया माम् उपाश्रिताः ।
बहवो ज्ञानतपसा पूता मद्भावम् आगताः ॥ १३५ (४–१०)

इदं ज्ञानम् उपाश्रित्य मम साधर्म्यम् आगताः ।
सर्गेऽपि नोपजायन्ते प्रलये न व्यथन्ति च ॥ १३६ (१४-२)

अनन्याश्चिन्तयन्तो माम् ये जनाः पर्युपासते ।
तेषाम् नित्याभियुक्तानाम् योगक्षेमम् वहाम्यहम् ॥ १३७ (९–२२)

पिताहम् अस्य जगतो माता धाता पितामहः ।
गतिर् भर्ता प्रभुः साक्षी निवासः शरणं सुहृत् ॥ १३८ (९ १७–१८)

भोक्तारम् यज्ञतपसाम् सर्वलोकमहेश्वरम् ।
सुहृदं सर्वभूतानाम् ज्ञात्वा माम् शान्तिमृच्छति ॥ १३९ (५-२९)

मय्येव मन आधत्स्व मयि बुद्धिं निवेशय ।
निवसिष्यसि मय्येव अत ऊर्ध्वं न संशयः ॥ १४० (१२-८)

છોડીને સઘળા ધર્મો, મારું જ શરણું ધર;
હું તને સર્વ પાપોથી છોડાવીશ, નચિંત થા.

પત્ર કે પુષ્પ જે પ્રેમે, ફળ કે જળ દે મને
તે તે પવિત્ર ભક્તોનું, અર્પણ આરોગું પ્રેમથી.

જે કરે, ભોગવે વા જે, જે હોમે દાન જે કરે;
આચરે તપને વા જે, મને અર્પણ કર બધું.

નથી તૃષ્ણા ભય ક્રોધ સેવામાં મુજ તન્મય
થતાં જ્ઞાન તપે શુદ્ધ અનેકો મુજમાં ભળ્યાં.

આ જ્ઞાનના બળે તેઓ થયા મારા સમોવડા
વિશ્વો વિલાય સર્જાય રહે તેઓ અભંગ જ.

અનન્ય ચિત્તથી જેઓ કરે મારી ઉપાસના
તે નિત્યયુક્ત ભક્તોનો ચલાવું યોગ ક્ષેમ હું.

આધાર જગનો હું છું પિતા, માતા, પિતામહ
સાક્ષી, સ્વામી સખા ભર્તા, નિવાસ, ગતિ આશરો.

ભોક્તા યજ્ઞ-તપોનો હું, સર્વ-લોક-મહેશ્વર,
સર્વ-ભૂત તણો મિત્ર જાણી તે શાંતિ પામતો.

મનને રાખ મારામાં, મારામાં રાખ બુદ્ધિને
તો મારામાં જ નિઃશંક, તું વસીશ હવે પછી.

यदा यदा हि धर्मस्य ग्लानिर् भवति भारत ! ।
अभ्युत्थानम् अधर्मस्य तदात्मानं सृजाम्यहम् ॥ १४१ (४–७)

परित्राणाय साधूनाम् विनाशाय च दुष्कृताम् ।
धर्मसंस्थापनार्थाय सम्भवामि युगे युगे ॥ १४२ (४–८)

जन्म कर्म च मे दिव्यम् एवं यो वेत्ति तत्त्वतः ।
त्यक्त्वा देहं पुनर्जन्म नैति माम् एति सोऽर्जुन ! । १४३ (४–९)

सर्वगुह्यतमं भूयः श्रृणु मे परमं वचः ।
इष्टोऽसि मे दृढमिति ततो वक्ष्यामि ते हितम् ॥ १४४ (१८–६४)

मन्मना भव मद्भक्तो मद्याजी मां नमस्कुरु ।
माम् एवैष्यसि सत्यं ते प्रतिजाने प्रियोऽसि मे ॥ १४५ (१८–६५)

अर्जुन उवाच

नष्टो मोहः स्मृतिर् लब्धा त्वत्प्रसादात् मयाच्युत ।
स्थितोऽस्मि गतसंदेहः करिष्ये वचनं तव ॥ १४६ (१८-७३)

જ્યારે જ્યારે જગે થાય ધર્મની ગ્લાનિ, ભારત !
અધર્મ વ્યાપતો ઘોર, ત્યારે હું જન્મ ધારતો.
સંતોના રક્ષણાર્થે ને પાપીના નાશ કારણે
સ્થાપવાને ફરી ધર્મ જન્મતો હું યુગે યુગે.
દિવ્ય આ જન્મ ને કર્મો મારાં જે ઠીક ઓળખે
દેહ જતાં ફરી જન્મ પામે ના, મુજમાં ભળે.
સર્વગૂઢ થકી ગૂઢ ફરી ઉત્તમ વાક્ય આ
સુણ તે કહું શ્રેયાર્થ તું મને અતિશે પ્રિય.

મન, ભક્તિ મને અર્પ, મને પૂજ, મને નમ,
મને જ પામશે નિશ્ચે, મારું વચન લે, પ્રિય.

અર્જુન બોલ્યા

ટળ્યો મોહ, થયું ભાન, તમ અનુગ્રહે, પ્રભો !
થયો છું સ્થિર નિઃશંક, કહ્યું તારું કરીશ હું.

ब्रह्मार्पणं ब्रह्म हविर् ब्रह्माग्नौ ब्रह्मणा हुतम् ।
ब्रह्मैव तेन गन्तव्यम् ब्रह्मकर्मसमाधिना ॥ १४७ (४–२४)

परं ब्रह्म परं धाम पवित्रं परमं भवान् ।
पुरुषं शाश्वतं दिव्यम् आदिदेवम् अजं विभुम् ॥ १४८ (१०–१२)

आहुस् त्वाम् ऋषयः सर्वे देवर्षिर् नारदस्तथा ।
असिता देवलो व्यासः स्वयं चैव ब्रवीषि मे ॥ १४९ (१०–१३)

सर्वम् एतद् ऋतं मन्ये यन्मां वदसि केशव ! ।
न हि ते भगवन् व्यक्तिम् विदुर् देवा न दानवाः ॥ १५० (१०–१४)

स्वयम् एवात्मनात्मानं वेत्थ त्वं पुरुषोत्तम ! ।
भूतभावन ! भूतेश ! देवदेव ! जगत्पते ! ॥ १५१ (१०–१५)

मदनुग्रहाय परमं गुह्यम् अध्यात्मसंज्ञितम् ।
यत् त्वयोक्तं वचस् तेन मोहोऽयं विगतो मम ॥ १५२ (११–१)

एवम् एतद् यथा त्वम् आत्मानं परमेश्वर ! ।
द्रष्टुम् इच्छामि ते रूपम् ऐश्वरं पुरुषोत्तम ! । १५३ (११–३)

मन्यसे यदि तच्छक्यम् मया द्रष्टुम् इति प्रभो ! ।
योगेश्वर ! ततो मे त्वम् दर्शयात्मानम् अव्ययम् ॥ १५४ (११–४)

त्वम् अक्षरं परमं वेदितव्यम्
त्वम् अस्य विश्वस्य परं निधानम् ।
त्वम् अव्ययः शाश्वत-धर्मगोप्ता
सनातनस् त्वं पुरुषो मतो मे ॥ १५५ (११-१८)

હોમ્યું બ્રહ્મ મહિં બ્રહ્મ બ્રહ્મ બ્રહ્મજ લક્ષીને
કર્મો બ્રહ્મ ભળે ત્યારે યોગી તે બ્રહ્મ પામતો.

પરં બ્રહ્મ, પરંધામ શ્રેષ્ઠ તે મોક્ષધામ તું
આત્મા નિત્ય અજન્મા તું વિભુ દેવાદિ દિવ્ય તું.

ઋષિ એક સ્વરે ગાતા તથા અસિત, દેવલ,
વ્યાસ, નારદ દેવર્ષિ તું ય પોતે કહી રહ્યો.

માનું આ સર્વ હું સત્ય સ્વયમ્ જે મુજને કહે
દેવ દાનવ કોઈ યે રૂપ તારું ન જાણતા.

જાણે છે તું જ તે તારું પ્રત્યક્ષ પુરુષોત્તમા
દેવ-દેવા જગન્નાથ ભૂતેશા ભૂતભાવના.

કરીને કરુણા મારી બોલ્યા ગૂઢ રહસ્ય જે
શ્રેષ્ઠ તે આત્મ-વિદ્યાથી મોહ મારો સરી ગયો.

તારું તે ઈશ્વરી રૂપ માનું જેવું તેં કહ્યું
તેજ હું દેખવા ઇચ્છું પ્રત્યક્ષ પુરુષોત્તમ.

મારે તે રૂપને જોવું શક્ય જો માનતા, પ્રભુ !
તો, યોગશ્વર, દેખાડો પોતાનું રૂપ શાશ્વત.

તમે પરં અક્ષર, જ્ઞેય તત્વ,
આધાર અંતે જગના તમે જ
તમે જ છો શાશ્વત-ધર્મ-પાળ
માનું તમે છો પરમાત્મ-તત્વ ૧૫૬ (૧૧-૧૮)

पिताऽसि लोकस्य चराचरस्य
त्वम् अस्य पूज्यश्च गुरुर् गरीयान् ।
न त्वत्समोऽस्त्यभ्यधिकः कुतोऽन्यो
लोकत्रयेऽप्यप्रतिमप्रभाव ! ॥ १५७ (११-४३)

तस्मात् प्रणम्य प्रणिधाय कायम्
प्रसादये त्वाम् अहम् ईशम् ईड्यम् ।
पितेव पुत्रस्य सखेव सख्युः
प्रियः प्रियायार्हसि देव ! सोढुम् ॥ १५८ (११-४४)

अदृष्ट-पूर्वं हृषितोऽस्मि दृष्ट्वा
भयेन च प्रव्यथितं मनो मे ।
तदेव मे दर्शय देव ! रूपम्
प्रसीद देवेश ! जगन्निवास ॥ १५९ (११-४५)

किरीटिनं गदिनं चक्रहस्तम्
इच्छामि त्वाम् द्रष्टुम् अहं तथैव ।
तेनैव रूपेण चतुर्भुजेन
सहस्रबाहो ! भव विश्वमूर्ते ! ॥ १६० (११-४६)

श्री भगवान् उवाच

सुदुर्दर्शम् इदं रूपम् दृष्टवान् असि यन् मम ।
देवा अप्यस्य रूपस्य नित्यं दर्शनकाङ्क्षिणः ॥ १६१ (११–५२)

नाहं वेदैर् न तपसा न दानेन न चेज्यया ।
शक्य एवंविधो द्रष्टुम् दृष्टवान् असि मां यथा ॥ १६२ (११–५३)

भक्त्या त्वनन्यया शक्य अहम् एवंविधोऽर्जुन ! ।
ज्ञातुं द्रष्टुं च तत्त्वेन प्रवेष्टुं च परंतप ! ॥ १६३ (११–५४)

मत्कर्मकृत् मत्परमो मद्भक्तः संगवर्जितः ।
निर्वैरः सर्वभूतेषु यः स माम् एति पाण्डव ! ॥ १६४ (११–५६)

તમે પિતા સ્થાવર જંગમોના
તમે જ સૌના ગુરુરાજ પૂજ્ય;
સમોવડો ના, તુજથી વડો ક્યાં
ત્રણે જગે તું અતિશે અતુલ્ય.
સાષ્ટાંગ તેથી પડું પાય તારે
પ્રસન્ન થા હે સ્તવનીય-મૂર્તે !

સાંખે પિતા પુત્ર, સખા સખાને
પ્રિય પ્રિયા, તેમ મનેય સાંખો.

અપૂર્વ દેખી હરખ્યો અવાર
કિંતુ મને વ્યાકુળતા છવાઈ

મને બતાવો, પ્રભુ, મૂળ રૂપ
પ્રસન્ન થાઓ; જગના નિવાસ.

હાથે ગદા ચક્ર કિરીટ માથે
એવા જ ઇચ્છું તમને હું જોવા
ચતુર્ભુજા રૂપ ધરો ફરી તે,
સહસ્ત્રબાહો ! પ્રભુ ! વિશ્વરૂપ.

શ્રી ભગવાન બોલ્યા

અતિ દુર્લભ આ મારા રૂપને તેં નિહાળ્યું જે
દેવોયે વાંછતા નિત્ય તે સ્વરૂપનું દર્શન.
ન વેદોથી, ન યજ્ઞોથી, નહીં દાને, તપે નહીં
દર્શન શક્ય આ મારૂં જેવું આજે તને થયું.
અનન્ય ભક્તિથી થાયે આ મારું જ્ઞાન-દર્શન
દર્શન થાય મારામાં પ્રવેશ તત્ત્વથી પછી.
મારે અર્થે કરે કર્મ, મત્પરાયણ ભક્ત જે
દ્વેષહીણ, અનાસક્ત, તે આવી મુજને મળે.

